الذكاء الروحي للمراهقين

مفهومه، وطرق تنميته

إعداد

مؤسسة الباحث
للاستشارات البحثية والنشر الدولي بالقاهرة

الذكاء الروحي للمراهقين

مفهومه، وطرق تنميته

دراسة من إعداد
مؤسسة الباحث
للاستشارات البحثية بالقاهرة

مجموعة من الأكاديميين في مجال العلوم الإنسانية
إشراف / د. السعيد مبروك ابراهيم
٢٠١٩

جميع حقوق الطبع محفوظة ©

قائمة المحتويات

مقدمة:

يُعد المراهقين هم أمل المستقبل،وقادة البشرية،تُعلق عليهم آمال الأمة فى تحقيق عزها،وبنائها فى كل المجالات التى تخدم المجتمع ،وتحقق له الإستقرار الحياتى،والمعيشى.مقابل ذلك نرى الإنحرافات الفكرية، والسلوكية التى تكاد تعصف بالمراهقين،ونشاهدها فى سلوكهم،وتصرفاتهم .

وفى بداية الألفية الجديدة جاء " Emmons "ليضيف نوعاً جديداً من الذكاء يُضاف إلى قائمة الذكاءات المتعددة ، وهو الذكاء الروحى Spritiual intelligence .

يقول (Luizcarlos, 2003: 16) أن البعد الروحى أحد ثلاث خصائص تميز الإنسان عن الحيوان، وثانيهما الحرية، وثالثهما المسئولية ويتصف البعد الروحى بالخصائص التالية: المسئولية،والاختيارات، والقيم، والأصالة، الابتكارية، التسامى بالذات ،إرادة المعنى، والضمير ،والحب،الإيمان،المثل،الحدث، الإلهام،الهدف فى الحياة، الترابطية،الكلية،السعادة.

يقترح (Zohar,D&Marshall. I.,2000) أن الذكاء الروحى يعتبر قدرة ذاتية داخلية للعقل البشرى والنفس والذى يوجد فى نظم ومستويات مختلفة من المخ . وللذكاء الروحى تطبيقات عملية منها:

- يساعد على فهم الذات والأخرين
- يساعد على تنمية الذكاء
- يساعد على بناء مفهوم الذات ويساعد على بناء الروابط والعلاقات المختلفة مع الآخرين .

يشير (wolman,2001,212)أن الذكاء الروحى الذى يمكن الفرد من الإنسجام مع احداث الحياة وأنشطتها،من خلال البحث عن المعنى فى كل شئ ،وكل حدث،وكل موقف،ومن هنا يأتى الاحساس بالتمكين والقوة،كما أن من مكوناتة الشعور بمصدر أعلى للقوة،والقدرة على التركيز على العمليات العقلية والجسمية،والقدرة على تقبل الصدمات النفسية،والقدرة على التعاطف الاجتماعى والمشاركة الاجتماعية.

- أولاً: المراهقة
- ثانياً: الذكاء الروحى
- ثالثاً: الإرشاد الإنتقائى
- رابعاً: فروض الدراسة.

أولاً:المراهقة: Adolescence:

تشير آمال عبد السميع باظة(٢٠١٣، ٧) أنه اشتق مصطلح المراهقة فى اللغة الانجليزية Adolescence من الفعل الاتينى Adolecers، وتعنى الاقتراب المتدرج من النضج . ولهذا يختلف معنى المراهقة عن معنى البلوغ Puberty الذى يعنى نضج الغدد الجنسية التى تمكن الفرد من التكاثر والمحافظة على النوع.

أما معنى المراهقة في اللغة العربية فتعني الإقتراب من الحلم في حين أن المراهقة من الناحية البيولوجية تعني تلك الفترة من حياة الفرد التي تبدأ بالبلوغ وتستمر حتى سن النضج، فهي مرحلة تمتد من نهاية مرحلة الطفولة، وتستمر حتى بداية سن الرشد، وبهذا المعنى يكون المراهق ليس طفلاً وليس راشداً، وتتميز المراهقة من الناحية البيولوجية بمجموعة من التغيرات الجسمية في الطول والوزن، والتغيرات في مظاهر الجسم الخارجية، كبر حجم الأنف، واتساع الكتفين، (والحوض عند الفتاة) بالإضافة إلى التغيرات الفسيولوجية الداخلية وخاصة الغدد الجنسية.

أ- معنى المراهقة:Adolescence:

إختلف العلماء في إعطاء مفهوم مشترك للمراهقة، فكل منهم يعرفها حسب المجال الذي يختص بدراستها، ومن أهم تعريفات المراهقة ما يلي:

يرى(Miler,2000,24)أن مرحلة المراهقة:هى المرحلة الإنتقالية ما بين الطفولة والرشد،ويعيش فيها المراهق فى صراع دائم بين أن يعتمد على أهله وبين أن يستقر بذاته ويسعى دائماً إلى تجريب قيم وأفكار وسلوكيات جديدة حتى يحدد هويته.

يذكر (N.Sillamy,1999,8)أنه فى قاموس علم النفس : المراهقة مرحلة من الحياة تأتى بعد مرحلة الطفولة وتستمر حتى مرحلة الرشد وهى معروفة بالتغيرات الفسيولوجية والنفسية وغيرها وهى تبدأ من (١١-١٣)الى (١٨-٢٠).تحدث فيها صراعات خارجية وداخلية كالرغبة فى الحرية والإستقلال التى تعاكسها المعايير الاجتماعية والضغوطات الشخصية وغيرها.

أما أبو بكر محمد موسى(٢٠٠٢، ١٤-١٥)فيشير إلى أن اريكسون(Erecson) يعرفها على أنها فترة حاسمة في تحديد الهوية تكون بدايتها في صورة تساؤل من أنا؟ ذلك التساؤل الذي يكون نقطة إنتقال من الطفولة إلى المراهقة ويحتّم على المراهق أن يعيش صراعا وقلقا من أجل أن يحدد إجابة لسؤاله، وذلك من خلال تحقيقه لجملة من المطالب والتحديات أبرزها تحقيق الإستقلالية والتفرد.

يشيرصلاح الدين العمرية(٢٠١١، ١٨٧) في علم النفس تعني المراهقة مرحلة الإنتقال من الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج، فالمراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد. وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريبا أو قبل ذلك بعام أو عامين أو بعد ذلك بعام أو عامين أي ما بين ١٢-٢١ سنة .

أى أن المراهقة بمعناها الدقيق هى المرحلة التى تسبق الرشد وتصل بالفرد إلى اكتمال النضج أى تمتد من البلوغ إلى الرشد وهى بهذا المعنى تمتد لدى الذكور والإناث من (١٥-٢١)سنة مع مراعاة الفروق الفردية والثقافية والنوع والسلالة والفروق بين الريف والحضر والأجناس.

ب- خصائص هذه المرحلة:

ويذكر حامد زهران(٣٣٥,١٩٨٦)هذه الخصائص على النحو التالى:

١-النمو الجسمى:

١- تتباطأ سرعة النمو الجسمى نسبياً عن المرحلة السابقة.

٢- يزداد الطول عند كل من الجنسين.

٣- يزداد الوزن عند كل من الجنسين.

٤- تزداد الحواس دقة وارهافاً كاللمس والذوق والسمع.

٥- تتحسن الحالة الصحية للمراهقين.

٢-النمو الفسيولوجى:

١- يقل عدد ساعات النوم عن ذى قبل ويثبت عند حوالى ٨ ساعات ليلاً.

٢- تزداد الشهية والاقبال على الأكل.

٣- يرتفع ضغط الدم تدريجياً.

٤- ينخفض معدل النبض قليلاًعن ذى قبل.

٣- النمو العقلى:

١- تهدأ سرعة نمو الذكاء ويقرب هنا من الوصول إلى اكتماله فى الفترة من ١٥-١٨ سنة.

٢- يزداد نمو القدرات العقلية وخاصة القدرات اللفظية والميكانيكية.

٣- يأخذ التعليم طريقة نحو التخصص المناسب للمهنة أو العمل.

٤- -يظل التذكر المعنوى فى نموه طول هذه المرحلة.

٤-النمو الانفعالى: -5

١- تظل الإنفعالات قوية يلونها الحماس.

٢- تتطور مشاعر الحب حيث يتضح الميل نحو الجنس الأخر.

٣- يشعر المراهق بالفرح والسرور عندما يشعر بالقبول والتوافق الاجتماعى وعندما يشبع حاجته إلى الحب والمحبة.

٤- تلاحظ الحساسية الإنفعالية حيث لا يستطيع المراهق غالباً التحكم فى المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية.

٥- تلاحظ مشاعر الغضب نحو مصادر السلطة فى الأسرة والمدرسة.

٦- يتعرض للإكتئاب واليأس والقنوط والإنطواء والحزن نتيجة للإحباط وما يعانونه من صراع بين الدوافع وتقاليد المجتمع.

٥-النمو الإجتماعى:

١- تتضح الرغبة الأكيدة فى تأكيد الذات مع الميل إلى مسايرة الجماعة.

٢- يشعر بالمسئولية الإجتماعية والعمل فى سبيل الغير وعمل الخير.

٣- الإهتمام باختيار الأصدقاء والميل إلى الإنضمام إلى جماعات مختلطة الجنسين.

٤- الميل إلى الزعامة الإجتماعية والعقلية والرياضية.

٦-النمو الجنسى:

١- إستمرار التغيرات التى حدثت فى المراهقة المبكرة.

٢- يزداد نبض قلب المراهق بالحب وتزداد الإنفعالات الجنسية فى شدتها.

٣- يزداد التعرض للمثيرات الجنسية.

٤- يمر المراهق بمرحلة إنتقال من الجنسية المثلية إلى الجنسية الغيرية.

ج-مشكلات مرحلة المراهقة:

١- أسباب مشكلات مرحلة المراهقة:

يصاحب التكيف فى أى مرحلة من مراحل العمر نوع من التوتر العصبى ،لأنه يحتاج إلى تعديا اتجاهات وأفكار الفرد ،ويمثل ذلك أزمة بالنسبة للمراهق.

من العوامل التى تؤدى إلى مشاكل المراهق:

١- التغيرات الجسمية والفسيولوجية السريعة المفاجئة.
٢- ظهور مجموعة من الدوافع الجديدة والغريبة تسبب له الارتباك ، فهو يرغب فى تحقيق ذاته وهذه الدوافع قد تلاقى رفض من قبل الأسرة .
٣- إضطراب المراهق يؤدى إلى التخلى عن عادات وسلوكيات قديمة واكتساب عادات جديدة.
٤- موقف الكبار وأسلوب معاملتهم معه،وما يحيطون به من قيود تعسفيه.

٢-مشكلات المراهق:

توجد بعض المشاكل فى هذه الفترة عند أغلب المراهقين ويذكرها لنا حامد عبد السلام زهران(١٩٨٦ ،٤٦٥:٤٦٨)فى هذا الإطاريظهر سلوك المراهق بشئ من البهجة والإنطلاق والحماس والإقبال على الحياة وتحت هذه الواجهه قد يكون هناك قلق بخصوص اتخاذ القرارات وحل المشكلات والحياة المليئة بالأهداف الجديدة والعلاقات الاجتماعية المتزايدة الاتساع.والحقيقة أنه قليلاً ما تمر مرحلة المراهق دون أن تعترض الشباب بعض المشكلات . ومنها:

١- مشكلات الصحة والنمو: عدم كفاية الرعاية الصحية، صعوبة الحصول على العلاج والدواء،الشعور بالتعب الزائد بسرعة،الكسل،عدم القدرة على الإسترخاء،الشكل غير المناسب، التغذية غير المناسبة، نقص الشهية، اضطراب النوم.
٢- المشكلات الإنفعالية: الشعور بتأنيب الضمير، القلق والتوتر، الانقباض وعدم تحمل المسؤولية، العصبية والحساسية.
٣- مشكلات الأسرة: الخلافات والإنفصال أو الطلاق بين الوالدين، موت الوالدين أوإحداهما، رجعية الوالدين ،عدم القدرة على مناقشة الموضوعات الشخصية مثل المسائل الجنسية مع الوالدين،اللوم والتأنيب ،تدخل الوالدين فى إختيار الأصدقاء.
٤- مشكلات المدرسة: صعوبة تركيز الإنتباه والسرحان،النسيان وضعف الذاكرة،الطريقة الخاطئة فى الإستذكار،عدم القدرة على تخطيط وتنظيم الوقت،إضاعة الوقت،البطء الشديد وعدم المثابرة،الصعوبة فى التلخيص والحفظ،التأخر الدراسى فى مادة أو أكثر،عدم التجاوب مع المدرسين.
٥- المشكلات الإجتماعية: عدم القدرة والإرتباك فى المسائل والمواقف الإجتماعية،الخوف من إرتكاب الأخطاء الإجتماعية،الخوف من مقابلة الناس،قلة الأصدقاء،القلق بخصوص السلوك الاجتماعى السليم،عدم فهم الأخرين،المجادلة.

٦- مشكلات المهنة والعمل:نقص الإرشاد المهنى ،الحاجة الى المساعدة فى اختيار مواد الدراسة،عدم وجود أى ميل لأى خط معين فى العمل،الحاجة إلى كسب المال حتى يتمكن من إكمال تعليمه العالى ،القلق بخصوص هل سيوضع فى مكانة المناسب أم لا،عدم توافر فرص العمل المناسب.

٧- المشكلات الجنسية: نقص المعلومات الجنسية الصحيحة،مشكلات النمو الجنسى،عدم وجود معارف من الجنس الآخر،الكبت الجنسى،الوقوع فى الحب والخروج منه،القلق بخصوص الزواج من الشخص المناسب،الرغبة فى أن يصبح أكثر لفتاً للأنظارلأفراد الجنس الأخر،القلق بخصوص العادة السرية.

د-النظريات المفسرة للمراهقة:

يعتبرروادهذه النظريات مرحلةالمراهقةتلك المرحلة التي تبدأ من بدايةالبلوغ (النضج الجنسي) حتى إكتمال نموالعظام وهي الفترة الممتدة عادة بين الحادية عشر والواحدة والعشرون سنة.

١- النظرية البيولوجية:

بدأت النظرة البيولوجية منذ (١٩٠٠) ومن علمائها ستانلى هول .

أشار سامى محمد ملحم(٢٠٠٤، ٣٤٤)أنه تشير هذه النظرية إلى أن المراهقة تمثل مرحلة تغير شديد مصحوب بالضرورة بالتوترات وصعوبات فى التكيف،وأن التغيرات الفيزيولوجية تمثل عاملاً أساسياً فى خلق هذه التوترات والصعوبات،ويشير إلى المراهقة باعتبارها فترة ميلاد جدية لأن الخصائص الإنسانية الكاملة تولد فى هذه المرحلة.

نظرية التحليل النفسى:

يرى جميل حمداوى(٢٠١٠ ،٢٧) أن فرويد يعتبر المراهقة فترة من فترات الارتقاء النمائي التي يمر بها الإنسان، منذ أن كان طفلا حتى بلوغة راشدا وبالغا. ومن ثم، فليست مرحلة المراهقة فترة مستقلة بنفسها أو ميلاد نفسي جديد كما يقول ستانلي هول، يونغ، وجان جاك روسو، بل هي فترة متصلة بالفترات السابقة أي مرتبطة بمرحلة الطفولة . ومن هنا فالبلوغ الجنسي لدى المراهق هو تطوير للمراحل الجنسية التي كانت من قبل،بمعنى أن الطفل يمر في العموم بثلاث مراحل جنسية كبرى: المرحلة الجنسية الطفلية الأولى المعروفة بالفمية، والشرجية، والقضيبية، والمرحلة الثانية التي تعرف بمرحلة الكمون الجنسي، ثم مرحلة البلوغ التناسلي. ويعني هذا أن فترة الكمون هي التي ساهمت في ظهور الفترة التناسلية بعد نماء الأعضاء الجنسية لدى المراهق والمراهقة، ومن ثم ليست هناك قطيعة بين مختلف المراحل التي يمر بها الطفل لذا قيل: إن الطفل أبو الرجل. أما من قال ولادة ثانية ، فقد وظف بلاغة غير مفيدة.

يعتبر فرويد وأنصار نظرية (التحليل النفسى) أن المراهقة هى الفترة التى تعتدل فيها بنية شخصية الفرد ويعاد فيها ترتيب الجهاز النفسى من جديد،ففى مرحلة الطفولة كانت الأنا تتوسط الهو والأنا الأعلى حيث كان يعمل على تحقيق التوازن بين رغبات الهو ومتطلبات الأنا الأعلى وفى هذه الفترة ينجح فى تحقيق التوازن ،بينما فى فترة المراهقة يطرأ جديد على رغبات الهو التى تتأجج بالرغبة الجنسية فيصبح أكثر ضغطاً على الأنا التى تصاب وظيفتة نتيجة ذلك النوع من التشوش والاضطراب .

وقد وضعت أنا فرويد بعض ديناميات نظرية (التحليل النفسى) للنمو فى المراهقة فهى تعتقد بإستمرار النمو النفسى بسبب الوظيفة الجنسية وتسبب الرغبة الجنسية المتزايدة وتكون لدى المراهقين الموقف الأوديبى لتكوين علاقات جنسية ملائمة بين الجنسين مثل تكوين صداقات مع الجنس الأخر.

٢- نظرية سيكولوجية دورة الحياة:

ذكر جميل حمداوى(٢٠١٠،٣١) بأنه تدرس هذه النظرية المراهقة في ارتباطها بدورة الحياة الكاملة للإنسان بمراعاة الطفولة، والرجولة، والشيخوخة، بمعنى أن المراهقة لايمكن فصلها عن باقي المراحل الحيوية الأخرى، ولاسيما مرحلة الشيخوخة والموت أي لابد من الانطلاق من فكرة كلية شاملة لحياة الفرد من الميلاد إلى الموت. ومن أهم ممثلي هذا التوجه نجد:Tetnes,Carus,Quetelet.

٣- النظرية الثقافية الإجتماعية:

إن هذا الإتجاه يتزعمه بندكت وميد.أشار(Cloutier&Drapeau,2008,44) أن هذا الإتجاه على النمطية الإجتماعية وأثر الأشكال الثقافية السائدة، فمراهق المجتمعات المتحضرة يحتاج إلى فترة زمنية ليست بهينة بغية التوافق مع عالم الراشدين كذات اجتماعية فاعلة ومندمجة،وتتقلص هذه المدة الزمنية كلما كان المجتمع أقل تحضراً،ولا تتطلب عملية التكيف والاندماج من المراهق مجهوداً كبيراً وذلك تبعا لتشابه وتقارب توقعات المجتمع لكل من أدوار الأطفال والمراهقين والراشدين على حد سواء من حيث التحديد والوضوح فى حين أن أدوار المراهقين فى المجتمعات المتحضرة فهى أكثر تحديداً وتعقيداً ،الأمر الذى يجعل مرحلة المراهقة تطول أكثر ،حتى يتسنى للمراهق الحصول على الدور المناسب،مما يمنح الأشكال الثقافية دورا وأهمية أقوى حدة وأكثر تأثيراً عن التأثير الفطرى والنضج الجنسى فى تحديد شخصية المراهق.

نظرية الإتجاه المجالى:

يتزعم هذا الاتجاه كيرت ليفين Kurt Lewin.أن نظرية المجال ليست نظرية خاصة بالتعلم فحسب أو بعلم النفس وحده وإنما هى نظرية عامة ترتبط بأكثر من فرع من فروع العلم والفلسفة وعلوم الاجتماع وغيرها،ونظرية المجال اهتمت بدراسة سلوك الفرد على أساس أنها محصلة عدد كبير من العوامل والقوى.ويقول سامى محمد ملحم(٢٠٠٤، ٣٤٥)فى أثناء هذه المرحلة تظهر أهتمامات ورغبات، وأهداف جديدة لدى المراهق تحدث خلالها التغيرات العقلية والانفعالية والاجتماعية،ولكن قد لا يستطيع تحقيقها كلها ،هذا ما يولد لديه بعض التعقيدات ينتج عنها القلق والتوتر وبروز المشكلات فيختلط عنده الواقع بالخيال.

٦-النظرية المعرفية:

من رواد هذه النظرية (جان بياجية).

تفترض النظرية المعرفية أن المراهق يسلك سلوك معين تبعاً لمراحل نمو عقلية. وقدم جان بياجيه (١٨٩٦- ١٩٨٠) من خصائص تفكير المراهق:

١-الضبط

٢-- المرونة

٣-تفسير الظواهر وتحليلها

٤- النظر فيما هو ممكن (الاحتمالات)

وتذكرآمال باظة (٤٧,٢٠١٣)أنه قد تطورت مدارس التفكير نتيجة للتطبيق والتدقيق الشامل لنظرية بياجية والجمع بينهما وبين نتائج البحوث المعرفية الحديثة وتكنولوجيا التعلم.

ثم تطوير المدارس التى يطلق عليها التفكير بوصفها بيئات تعليمية صالحة لتنمية التفكير.

ثانياً: الذكاء الروحى Spiritual Intelligence:

١-الذكاء:

شغل موضوع الذكاء حيزاً كبيراً من إهتمام الفلاسفة والمفكرين منذ أقدم العصور ، وقد نشأ مفهوم الذكاء فى إطار الفلسفة القديمة ، ثم أصبح موضوعا للدراسه فى العلوم البيولوجية وعلم الوراثة ، وأنتقل أخيراً إلى ميدان العلوم الانسانية الحديثة.

فقد ظهرت الكلمة اللاتينية intelligentia أول مره على يد الفيلسوف الرومانى شيشرون وشاعت هذه الكلمة فى الانجليزية والفرنسية intelligence وتعنى لغويا الذهن intellect والفهم understanding والحكمة wisdom

أشار محمد بكر نوفل(٣٨,٢٠٠٧)أن فكرة اختلاف الأفراد فى القدرات هى فكره مقبولة على نطاق واسع ، وبناء على هذه الفكرة يمكن تسمية فرداً بأنه ذكي أو أكثر أو أقل ذكاءً وفى هذا السياق فإن هناك بعض المعلمين يصفون الطالب بأنه ذكى عندما يكون قادراً على رئاسة الصف ،أو الطالب الذى يكون محبوباً بين زملائه، وفى الوقت ذاته لا يتمكن من اجراء بعض العمليات الحسابية التى لا تتعدى عمليتى الجمع والطرح فى المستوى البسيط

وتشير الموسوعة البريطانية (Encyclopedia Brittanica, 1974,673)أنه بالرغم من وجود اختلافات بين العلماء فى تفسير الذكاء إلا أن هناك عناصر مشتركة بين التعريفات فهى تكاد تتفق على أن الذكاء هو تنظيم ادراكى معرفى وهو بنية إفتراضية يستخدم لوصف الفروق العقلية بين الأفراد فى متغير كامن وان الاستخدام الشائع لهذا المفهوم يشير إلى تباين الأفراد فى القدرة على التعلم والتوافق مع المجتمع والاتجاه بالسلوك بشكل يلائم التوقعات الاجتماعية المعاصرة.

ويلاحظ محمد عبد الهادى حسين(٢٠٠٣، ٢٥)من خلال عرض تعريف الذكاء بأنه يقع فى واحده من ثلاث مجموعات وهى:

١- المجموعة الأولى: إهتمت بالتوافق أو التكيف مع البيئة ومع المواقف الجديدة وإمكانية التعامل مع مدى متنوع من المواقف.
٢- المجموعة الثانية: تركز على القدرة على التعلم أى القابلية للتعلم بالمعنى الواسع لهذا المفهوم .
٣- المجموعة الثالثة: تركز على التفكير التجريدى أى الإستخدام الأوسع للرموز والمفاهيم والقدرة على استخدام كل من الرموز اللفظية والعددية.

٢-نشأة الذكاء الروحى:

قال جابر عبد الحميد جابر(٢٠٠٣، ١١) فى عام ١٩٠٤ طلبت وزارة التعليم فى باريس من عالم النفس الفرنسى بينية "Alfred Binet "ومجموعة من زملائه أن يضعوا أداة لتحديد تلاميذ الصف الأول الأبتدائى المعرضين لخطر الرسوب، بحيث يمكن أن يتلقى هؤلاء إهتماماً علاجياً ، ولقد أسفرت جهودهم عن وضع أول اختبار للذكاء، ولقد إنتقل إلى الولايات المتحدة بعد عدة سنوات،وانتشر إختبار الذكاء وكذلك فكرة وجود شئ يطلق عليه الذكاء يمكن قياسه موضوعياً والتعبير عنه بعدد واحد أو بتقدير نسبة الذكاءIQ Score.

ظلت فكرة الذكاء الواحد مسيطرة على الأذهان لعقود طويلة حتى أصبح من يفكر فى أى شئ غيرها شخصاً يعتبره البعض مصاباً بالجنون لشدة سيطرة نظرية العامل العام ومصطلح نسبة الذكاء على دراسات وبحوث علوم النفس والتربية. ثم وجهت بعض الإنتقادات لطريقة معامل الذكاء المجسدة فى إختبار " بينية" والإختبارات الأخرى المنبثقة عنه، ويمكن إجمال بعضها فى أن الإجابات المختصرة التى يقدمها الشخص المفحوص عن طريق هذا الإختبار لا تكفى للحكم على ذكائه وإن المعامل العقلى مهما نجح فى التنبؤ باستعدادات الفرد فى إستيعاب المواد الدراسية فهو غير قادر على تقديم تصور متكامل عن مختلف إستعداداته العقلية وتحديد ذكائه الحقيقى

أشارت خد يجة إسماعيل الدفتار(٢٠١١ ،١١) إلى أن فكرة اختبارات معامل الذكاء (IQ) لم تستطع الصمود طويلاً، فهناك العديد من الأفراد يتمتعون بمواهب لا تعد ولا تحصى، ويفشلون فى إختبارات معامل الذكاء على الرغم من نجاحهم الكبير والمميز فى الحياة .

ذكر محمد عبد الهادى حسين(٢٠٠٣، ٢٠) أنه بعد ثمانين عاماً تقريباً من وضع أول اختبار للذكاء قام هوارد جاردنر Howard Gardner من جامعة هارفارد بتحدى هذا الإعتقاد الشائع وقدم لنا صورة أخرى غير صورة الذكاء الواحد (الأحادى) ولينتقد وبعنف وبشدة أسطورة منحنى التوزيع الإعتدالى ويسهم بالإشتراك مع دانيال جولمان وروبرت ستيرنبرج فى تعديل منحنى التوزيع الإعتدالى وبالتالى نظرية العامل العام ، ليصبح هناك توزيع إعتدالى لكل نوع من الذكاءات المتعددة.

وقال طارق عبد الرؤوف عامر(٢٠٠٨، ٥٥)أنه تعتبر نظرية الذكاءات المتعددة التى طرحها " جاردنر" فى كتابه أطر العقل " Frames of Mind" " رائدة فى الكشف عن القدرات العقلية وقياسها لدى الفرد من جهة والكيفية التى تظهر بها هذه القدرات من جهة أخرى وكذا الأساليب التى تتم بها عمليات التعلم واكتساب المعرفة فهى بمثابة منظور جديد لقدرات الفرد المتعددة والمتنوعة التى لا يمكن حصرها.

وذكر مدثر سليم أحمد(٢٠٠٧)أنه بعد مجئ جولمان بنظرية الذكاء الوجدانى جاء إيمونز"Emmons"فى عام ٢٠٠٠ م ليضيف نوعاً عاشراً من الذكاءات ،يضاف إلى قائمة الذكاءات التى إبتدأها جاردنر،وهو الذكاء الروحى"Spiritual Intelligence" وذلك من خلال مقال نشره يؤكد فيه أن الروحانية يجب أن تكون نوعا من أنواع الذكاء،وأنها تطابق فعلا معيار جاردنر للذكاء.

قال ديفيد باول(٢٠١٠، ١٣) يمكنك الوصول إلى أعلى الدرجات فى تنمية ذكاء الروح من خلال العمل المتواصل على تقوية الذات كلها بما فى ذلك الجسد والعقل والمشاعر والروح.

٣-تعريف الذكاء الروحى:

إختلفت التعريفات من عالم لأخر فمنهم من عرف الذكاء الروحى على حسب أبعاده وأخر عرفه على حسب مميزات للشخص الذكى روحياً،وأخر عرفه على حسب خصائصه. وتعرض الباحثة لهذه التعريفات على النحو التالى:

أ-تعريف الذكاء الروحى على حسب أبعاده:

يعرف الذكاء الروحى زوهار ومارشيل (Zohar &marshall,2000,43) بأنه" الذكاء الأسمى الذى يحل مشاكل المعنى والقيمة ،والذكاء الذى معه يمكن رسم خطة عمل واحدة أو طريق واحد للحياة".ويقترح زوهار ومارشال الأبعاد التالية للذكاء الروحى:

- الوعى الذاتى
- العفوية والاستجابة للحظة التى نعيشها
- العيش وفق الرؤية والقيمة التى تقود الفرد
- الرؤية الشاملة للأنماط والعلاقات والاتصالات
- الرحمة مع التعاطف
- الإحتفاء بالتنوع
- الإستقلال عن الآخرين فى حالة وجود قناعات عند الأفراد
- التواضع
- الإيجابية عند الشدائد.

- ويرى إيمونز(Emmons,2000a,10)أن الذكاء الروحى هو إستخدام المعلومات الروحية فى حل المشكلات اليومية.ويذكر إيمونز عدة أبعاد للذكاء الروحى وهى:

- القدرة على التسامى .
- القدرة على الدخول فى حالات عالية من الوعى الروحى.
- القدرة على إستثمار الأنشطة اليومية والإحساس بكل ما هو مقدس.
- القدرة على إستخدام المصادر الروحية فى حل المشكلات اليومية.
- االقدرة على الإندماج فى سلوك الفضيلة كالتسامح،والاعتراف بالجميل،والتواضع،الرحمة،الحكمة.

كما تعرفه ويجليسورث (Wigglesworth,2004,5)"أنه القدرة على التصرف بحكمة وشفقة ورحمة مع الإحتفاظ بالسلام الداخلى والخارجى بغض النظر عن الأحداث الخارجية"وتبين ويجليسورث أن الشفقة والرحمة يؤكدان الاتصال بما هو إلهى ومقدس، وقد حددت ويجليسورث أبعاد للذكاء الروحى تتمثل فى:

- الوعى بالأنا الأعلى للذات .
- الوعى الشامل.
- إعلاء الذات العليا.
- إعلاء الوجود الإجتماعى الروحى.
- وجود المعلم والقائد الحكيم.
- وجود عامل التغيير الفعال والحكيم.
- إتخاذ القرارات الحكيمة.
- البيئة الهادئة والمعالجة.
- الإندماج مع مجريات الحياة.

ويعرفه كنج (King, 2008,54) أنه هو مجموعة من القدرات العقلية القائمة على التكيف وعلى أساس غير مادى وجوانب بعيدة عن الواقع،وتحديدا تلك التى تتعلق بوجود الفرد،ومعنى الشخصية والتسامى،وتوسع حالات الوعى.

ويقترح كنج أربع أبعاد للذكاء الروحى وهى:

- **التفكير الناقد الوجودى، ، ويتمثل بالقدرة على التفكير بشكل نقدى لطبيعة الوجود (واقع ، كون ، حياه.)**
- **إنتاج المعنى الشخصى ويتمثل فى القدرة على إستخلاص معنى الشخصية من جميع الجوانب المادية والعقلية .**
- **الوعى التجاوزى ويتمثل فى القدرة على تحديد أنماط الروح.**
- **الوعى الشامل ويتمثل فى القدرة على الوصول الى حالات من الوعى (الوعى الكونى ، الوعى الذاتى).**

ويقول مدثر سليم أحمد(٢٠٠٧، ١٢٧) أن(Wolman, 2001) يعرفه بأنه القدرة الإنسانية فى السؤال حول معنى الحياة ، والإتصال المستمر بين الفرد والعالم الذى نعيش فيه،فهو التفكير بالروح.وقد حدد سبع أبعاد للذكاء الروحى:

- **القدرة الروحانية.**
- **الشعور بمصدر أعلى للقوة.**
- **القدرة على التركيز على العمليات العقلية والجسمية.**
- **القدرة على التعاطف الإجتماعى والمشاركة الاجتماعية.**
- **روحانيات الطفولة.**

ويعرف فتحى عبد الرحمن الضبع (٢٠١٢) بأنه قدرة فطرية يولد الإنسان بها ، وتنمو وتزداد مع التقدم فى العمر،وتعكس مدى قدرة الفرد على الوعى بذاته ،والتسامى بها،والتوجه نحو الأخرين ، والتأمل فى الكون والطبيعة ،وممارسة كافة الأنشطة الروحية،والتعامل مع المعاناة بشكل إيجابى واتخاذها كفرصة للنمو.ويقترح خمسة أبعاد للذكاء الروحى وهى:

- **التسامى بالذات.**
- **معنى الحياة.**
- **التأمل فى الطبيعة.**
- **الممارسات الروحية.**
- **المعاناة كفرصة.**

ب-تعريف الذكاء الروحى على حسب مميزات الشخص الذكى روحياً:

ويرى مدثر سليم أحمد(٢٩٧,٢٠٠٤) أن الذكاء الروحى هو مجموعة من السمات الفطرية التى يتسم بها الفرد وتدعمها بيئة طفولته فتكسبة قدرات روحانية تمكنه من الدخول فى حالات من السمو تساعده على التركيز والسيطره على العمليات العقلية والجسمية بما يحقق له إمكانية توجيه علاقاته الإجتماعية ، ومواجهة الصدمات النفسية والعاطفية.

ويعرف (Nasel,2004,8) بأنه ذلك النوع من الذكاء الذى يشير إلى قدرات الفرد ، وإمكانياته الروحية التى تجعله أكثر ثقه ، وإحساساً بمعنى الحياة ،وتجعلة قادراً على مواجهه المشكلات الحياتيه، والوجوديه، والروحيه ،وإيجاد الحلول المناسبه لها .

وذكرت خديجة إسماعيل الدفتار (٢٠١١، ٣٩: ٤٠) أن كرستيان(Christian) يشير إلى أن ما يميز أصحاب الذكاء الروحى الوعى بالأخرين،والتساؤل والهيبة والإحساس بما هو روحى،والحكمه وبعد النظر والقدرة على الإحساس بوجود الله وسماع نداء التذكير به ،والشعور بالأسى من الفوضى والتناقض، وهم أيضا ملتزمون بعقيدتهم ويتفانون فى سبيل قضيتهم ويتمسكون بتحقيق ما التزموا به من أمال وعهود.

ج- تعريف الذكاء الروحى على حسب خصائصة:

أشار فوجان (Vaughan,2002,33) إلى أنه القدرة على حل مشكلات الأخرين ، ويعمل الذكاء الروحى على تنوير العقل ،وإلهام الروح ، ويربط الفرد بالخالق ،والذات بالروح ،فيفتح القلب ،وينير العقل ،ويوحى على الروح ،ويمكن الفرد من التمييز بين الواقع والخيال ، واكتشاف المعانى الخفية والفرح فى ظل ظروف الحياة الضاغطة ،فيمكن الفرد من رؤية الأشياء كما هى بعيداً عن التشوية غير الواعى ،ويمكن التعبير عنه من خلال أى ثقافة بأنه الحب والحكمة.

ذكر بونر(Bonner,2007, 66) أن جاردنر عرفه (Gardner ،1999) كمفهوم يشير إلى ثلاث معان: الإهتمام بالقضايا الوجودية المطلقة،وكإنجاز لحالة الوجود وكتأثير فى الأخرين ضمن تعريفاته لأنواع الذكاء المتعدد، وإعتبر أن ضعف هذا النوع من الذكاء يؤدى إلى ضعف وعى الشخص بذاته وإلى إنقطاعه عن المحيط الذى يعيش فيه.

ويذكر مامين(Mamin,2008:6-7) مجموعة من القدرات للذكاء الروحى:

- **التفكير الوجودى :وهو القدرة على تأمل طبيعة الوجود، الطبيعة، الكون، القضايا الغيبية.**
- **التفكير الشمولى: وهو القدرة على رؤية الأنماط والإرتباطات بشكل أكبر،والقدرة على الرجوع للخلف ورؤية المواقف أو المشكلات من خلال مليون نظرة ، والوعى بالترابط فى مختلف أنشطة الحياة،والشعور بصورة كلية.**
- **الوعى المتسامى والحضور الروحى: وهو القدرة على التحديد المتسامى للبعد غير المادى للذات،والوعى بمفهوم الذات ، والذات العالية/ الروحية للأخرين والقدرة لأن يصبح معلماً روحياً ناصحاً للأخرين.**
- **التوسع فى الوعى: وهو القدرة على تجربة الحالات العالية من الوعى مثل الوعى الصافى، الوعى الكونى.**
- **الاتصال بالروح: ويقصد به الإتصال العالمى بالروح ، والطاقة العاليه،والمصادرغير المحدوده للوعى ،والقدرة على دعوة الروح للتوجه نحو السعاده فى مختلف أنشطة الحياة.**
- **الإصطفاف القيمى والرؤية: وهو القدرة على المعرفة ،والعيش بإتفاق مع التدرج القيمى.**
- **منظور الخدمة: وهوشعور الفرد بالرغبة فى تقديم الخدمات للأخرين ،وشعور الفرد بأن عليه واجب تقديم الخدمات للأخرين.**
- **الرحمة: وهو القدرة على الشعور بالأخر، والتعاطف العميق مع الأخرين بصرف النظر عن الإختلافات ،والقدرة على الرؤية المتأصلة للجمال فى كل شئ وفى كل شخص .**
- **التواضع والقبول: وهو القدرة على قبول المصيبة والمعاناه فى فرص التعليم ، والقدره على مواجهه وتجاوز الألم، والتعبير عن الامتنان والرحمة والإتجاهات الإيجابية.**
- **العفوية وعدم الإرتباط: وهو القدرة على المرونه والحيويه والتكيف السريع، والتعايش بتجاوب مع الظروف الحاليه.**

أشارت خديجة إسماعيل الدفتار(٢٠١١، ٢٥)إلى تعريف مألووف Maalouf بأنه قدرة علميه وخبره يعطينا السبيل إلى المعرفه الذاتيه والحكمه الرشيده وتساعدنا على النجاح بكفاءه واقتدار.

ويضيف فيبها (Vibha,2014,52) أن الذكاء الروحى يساعد على التعلم من سماع الحديث الداخلى.

استخلصت الباحثة التعريف التالى واعتمدت عليه كتعريف اجرائى لمقياس الذكاء الروحى وهو" قدرة الفرد على التسامى بذاته من خلال رقى أخلاقه وربطها بالمبادئ الدينيه، وقدرته على التفكير الناقد الوجودى وقدرته على أداء الممارسات الروحية فى حياته اليوميه،ومساعدة الأخرين من خلال قدرته على التوجه نحو الجماعه،وقدرته على الحفاظ على سلامه الداخلى وإدراك ذاته من خلال التعمق فى ذاته وتعامله مع الأخرين، ويعبر عنه درجات الطلاب على مقياس الذكاء الروحى".

واستقرت الباحثة على إختيارالأبعاد التالية لمقياس الذكاء الروحى لكثرة تكرارها فى المقاييس المستخدمه:

- الوعى المتسامى: هو تجاوز الذات فى المشاكل التى تواجه الفرد وتنظيم انانية الذات والتسامى بها وربطها بالكلية والعالم المحيط بها.
- التفكير الناقد الوجودى: هو الفهم العميق للأسئلة الوجودية(الموت- الحياه- الكون)والسؤال والإستفسار عليهم من أهل التخصص.
- الممارسات الروحية: هو ممارسة العبادات والطقوس الدينية ومنها ذكر الله والصلاه والدعاء والتبرع لأعمال الخير والإلتزام بالفضائل والقيم والأخلاق الحميده.
- التوجه نحو الجماعه: هو الشعور بالأخرين وحاجاتهم والوقوف بجانبهم وتوظيف المصادر الروحية فى الحياه الإجتماعيه لإداره العلاقات الإجتماعيه المتبادله مع أفراد المجتمع.
- السلام الداخلى: هو إقامة توازن بين الجسم والعقل والروح وخاصة فى حاله الصدمات النفسية ليتمكن الفرد من إيجاد حاله السلام الداخلى.

٤-علاقة الذكاء الروحى بالذكاءات الأخرى:

ذكر إيمونز(Emmons,2000b, 55) أن الذكاء الروحى هو الذكاء المطلق الذى يجمع بين جميع أنواع الذكاءات المتعددة للإنسان ويتعامل مع الجانب الأرقى له وهو الجانب الروحى.

يتميز الذكاء الروحى بأنه يتعامل بشكل شامل مع كل ذكاء أخر ، وهو يساهم أكثر فى تحديد الشخصية لأنه يساعد فى فهمنا لأنفسنا وفهم الأخرين والتفكير بطريقة شامله مع كل مواقف الحياه . فكثير من الناس يعتبرون أن الذكاء الروحى أهم أنواع الذكاء ويؤمنون بقدرته على تغير الحياه بشكل جزرى ،وتاريخ الحضارات ، ومسار التاريخ.

يوجد فرق بين الذكاء الروحى والذكاء التقليدى ويوضحة لنا ناسل(Nasel) فى الجدول التالى:

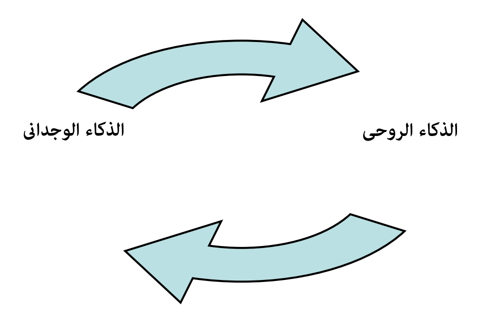
جدول(١) وفى ضوء ذلك يوضح (Nasel,2004)الفرق بين الذكاء الروحى والذكاء التقليدى

الذكاء التقليدى	الذكاء الروحى
لفظى	رمزى
محدود	غير محدود"مطلق"
يميز بين الأفراد	يوحد بين الأفراد
ضبط الذات	تحقيق الذات
كمى	نوعى"كيفى"
دنيوى	روحى

يوضح الجدول(٢) الفرق بين الذكاء الروحى والذكاء التقليدى ،ويوضح أن الذكاء الروحى أكثر شمولاً من الذكاء التقليدى ويوضح مميزاته وفوائده.

عرضت ويجليسورث(Wigglesworth,2004) نموذجاً لتوضيح علاقة الذكاء الروحى بأربعة ذكاءات من الذكاءات المتعددة ، حيث يشير هذا النموذج أننا فى مرحلة الطفولة ينصب تركيزنا على التحكم بأجسامنا Physical Intelligence (PQ) ، ثم نبدأبعد ذلك بتنمية المهارات اللغوية والرياضية(IQ) ، وعندما تتوجه الأنظار نحو الأعمال المدرسية فإننا نبدأ فى ممارسة بعض المهارات الإجتماعية المبكرة، ولكن بالنسبة للكثيرين منا فإن الذكاء الوجدانى يكثر استخدامه فى مرحلة لاحقة عندما نحتاج إلى تدعيمه وتنميته من خلال التغذية الرجعية فى العلاقات العامة وعلاقات العمل Emotional intelligence (EQ) ، أما الذكاء الروحى (SQ) فإنه يصبح أكثر بروزاً عندما نبدأ فى البحث عن المعنى والتساؤل.

إن الذكاء الوجدانى والذكاء الروحى مرتبطان ببعضهما البعض ، ونحن بحاجة إلى بعض الأسس من الذكاء الوجدانى من أجل بداية ناجحة للذكاء الروحى،حيث إن التعاطف والوعى بالذات لهما أهمية فى ترسيخ النمو الروحى.



شكل (١) نموذج ويجليسورث فى علاقة الذكاء الروحى بالذكاء الوجدانى

يوضح الشكل السابق أن الذكاء الوجدانى يؤدى للذكاء الروحى والذكاء الروحى يؤدى إلى الذكاء الوجدانى لإرتباطهما ببعض مع وجود إختلاف بينهما.

وتفترض ويجليسورث (Wigglesworth,2004) أن افتقار الفرد إلى الوعى الوجدانى بالذات أو إلى مهارات التعاطف يؤدى به إلى صعوبة شديدة لكى يبدأ فى تنمية مهارات الذكاء الروحى.

ذكر(Zohar&Marshal,2000,5) أن الإختلاف بين الذكاء الوجدانى والذكاء الروحى يكمن فى قدرته ، فالذكاء الوجدانى يسمح لى بالحكم على ما هو الموقف الذى أنا فيه،ثم التصرف بطريقة ملائمة فى حدود الموقف.فالموقف يقودنى بينما ذكائى الروحى يسمح لى بأن أسأل ماذا كنت أود أن أكون فى هذا الموقف؟فأنا قادر على أن أقود الموقف.

وذكرأيضا (Zohar&Marshal,2000,18) إن الإختلاف الرئيسى بين الذكاء العقلى والذكاء الوجدانى والذكاء الروحى ،أن الذكاء العقلى يرتبط بـ:فيم أفكر ،بينما يرتبط الذكاء الوجدانى بـ:فيم أشعر،أما الذكاء الروحى يرتبط بـ:فيم أكون، وأنه الذكاء الجوهرى الذى يؤثر بالذكاءات الأخرى.

ذكر تونى بوذان(٢٠٠٧)إلى أن يشير جاردنر إلى أن قدرا كبيرا من الحياه الروحانيه والدينيه ترتبط بشكل وثيق بالذكاء الطبيعى، كما أن من الملاحظ أن الأشخاص الروحانيين والمجتمعات القبليه عبر التاريخ كانوا معروفين باهتمامهم بالمحافظه على البيئه وتقديرهم للكائنات الحيه والطبيعه، ويميلون إلى تنمية إدراكهم لروعة الكائنات الحيه من حولهم وروعة هذا الكون العملاق.

كما قالت خديجة إسماعيل الدفتار(٢٠١١) تقاربا بين الذكاء الروحى والذكاء الطبيعى (NQ) فالذكاء الطبيعى بما فيه من إختلاط الإنسان بالطبيعة وتقدير مكوناتها والقدرة على التأمل والتفكر فى الكون بما فيه، يمثل جوهر الذكاء الروحى.

قال بوذان (Buzan,T.,2012) أن الذكاء الإجتماعى ينصب على معرفة وتقدير الأشخاص الأخرين،أما الذكاء الروحى ينصب على معرفة وتقدير وفهم كل أشكال الحياة الأخرى بما فيها الكون ذاته .

أشار عبد الهادى مصباح(٢٠٠٦) كما أن الذكاء الوجودى(EQ) الذى حدده جاردنر كأحد أنواع الذكاءات ،الذى يتمثل فى التفكير فى وجود الإنسان فى الحياه وفى معنى الحياه والموت مما يميز أصحاب هذا النوع من الذكاء بالتركيز على الدين والعقيده والتصوف والدراسات الدينيه والتاريخيه يعد مؤشراً على وجود الذكاء الروحى ويمثل أدوات لتنمية للذكاء الروحى.

قال تونى بوذان(٢٠٠٧)أن الذكاء الروحى عبارة عن خطوة إستكمالية للذكاء الشخصى والذكاء الإجتماعى ،فهو تقدم طبيعى من معرفة الفرد وفهمه لنفسه مروراً بتقديره وفهمه للأخرين بل وفهم الكائنات الأخرى والكون كله.

وترى الباحثه أنه من خلال ما تقدم يتبين مدى عمق العلاقة بين الذكاء الروحى والذكاءات الأخرى التى يشترك فيها جميع الأفراد مع إختلاف نسبها بينهم والتى تتمازج مع شخصياتهم لتكون النفس الأنسانيه التى خلقها الله سبحانه وتعالى وأودع فيها تلك القدرات، ويتداخل مع كل أنواع الذكاء الأخرى، ويساهم أكثر من غيره فى تحديد الشخصيه.

كما يرى توماس كيلى (Kelly,T.,1999): أن كل شخص لديه بعض من كل نوع من أنواع الذكاءات وأن أنواع الذكاءات تتداخل لدى الفرد كالطبقات، وأن الأفراد يملكون كميات متباينه من كل ذكاء من الذكاءات، وأن كل ذكاء يمكن أن يطور الذكاء الأخر.

كما ترى الباحثه أن ارتباط الذكاء الروحى ببعض الذكاءات أكثر من ارتباطه بذكاءات أخرى فأرتباطه بالذكاء الوجودى والطبيعى والشخصى أقوى من أرتباطه ببعض الذكاءات الأخرى مثل الذكاء اللغوى أو الموسيقى.

٥-علاقة الذكاء الروحى ببعض المفاهيم المتشابهة:

فى هذا الجزء تعرض الباحثه بعض المفاهيم المتداخله مع الذكاء الروحى بهدف زيادة فهمنا للذكاء الروحى وتوضيحه، ومن هذه المفاهيم ما يلى:

١- العلاقة بين الذكاء الروحى والتدين

قال تونى بوذان(٢٠٠٧) أن التدين والروحانيه مفهومان مختلفان عن بعضهما تمام الإختلاف،فامتلاك الفرد للذكاء الروحى تجعله أكثر إدراكاً للصورة الكامله له وللكون ولمكانه وغايته فيها،لكنها لا تعبر عن مستوى تدينه.

ويؤكد مدثر سليم أحمد(٢٠٠٧) أن الروحانيه ليست مرادفه للدين ،فالدين بناء مؤسسى يضم مجموعه من الأفراد الذين يعتنقون مجموعه من العقائد والممارسات والطقوس التى تتعلق بقضايا واهتمامات روحانيه، كما أن هناك الكثير من الناس يمكن أن يكونوا روحانيين دون أن يكونوا متدينين أو معتقدين لأى ديانه منظمه، ومن الممكن أن يكون الشخص متديناً وليس روحانياً.

وتشير خديجة إسماعيل الدفتار(٢٠١١) أن الذكاء الروحى لابد وأن يرتبط بدين معين لأنه يتعلق فى المقام الأول بكون الروحانيه نوعاً من أنواع الذكاء، والروحانيه بطبيعتها لا تأتى من فراغ وإنما تنبعث من وجود وازع وإحساس دينى لدى الفرد بوجود خالق ومدبر ورقيب لهذا الكون ما فيه من كائنات وجمادات،وهذا الإحساس لابد أن يكون مبعثه دينياً وإيماناً وعقيده تؤمن بوجود الإله الخالق والمدبر والرقيب.

وترى الباحثة أن التدين يمكن أن يكون ملحوظاً من خلال القيام بالطقوس الدينيه مثل الصلاه والدعاء وغيرها أما الذكاء الروحى يكون ملحوظاً من خلال تعامل الإنسان مع الأخرين ومع المجتمع والكون ومن خلال تطبيق قيمه على أرض الواقع مثل التعاون والمحبه والصدق والشعور بالأمتنان والتسامح ، أى أن التدين ليس بالضرورة يؤدى إلى الروحانية إلا اذا كان تديناً حقيقياً ولكن التدين ليس شرطاً للروحانية .

٢-الذكاء الروحى والروح:

يذكر تونى بوزان(٢٠٠٧، ١٠)أن كلمه الروح مشتقة من الكلمه اللاتينية **Spiritus** والذى يعنى النفس أو الذات. وتقول إيمان عباس الخفاف(٥٧,٢٠٠٩)أنه قد مر مفهوم الروح بنمو دينى وفلسفى عبر التاريخ، إذ ترجع أصلها الى هوميروس الذى ميز بين الجسم المادى والوظيفه غير الماديه والتى أطلق عليها فيما بعد النفس أو الروح. فتحدث عنها فلاسفة اليونان مثل أرسطو وأفلاطون وسقراط ولا ننسى حكمة أرسطو (أعرف نفسك بنفسك) التى أنطلق منها أرسطو لتعريف الذات والتى تعنى وعى الفرد بمشاعره حين حدوثها .

وذكرتونى بوذان(٢٠٠٧)أنه حديثاً إستخدم مفهوم الروح ليشير إلى الجانب غير الجسدى وغير المادى مثل الإحاسيس والمشاعر،والشخصية والقوة والشجاعة والتحدى، وإكتساب مثل هذه الصفات وتنميتها يمثل ذكاءً روحياً ، فعندما نمتلك الذكاء الروحى نصبح أكثر إدراكاً (للصورة الكاملة) لأنفسنا وللكون ، ولغايتنا وأهدافنا .ومن ثم فالذكاء الروحى هو دمج مكونين الذكاء والروح فالذكاء هو مقدرة عامة يكيف بها الفرد تفكيره عن قصد وفقاً لما يستجد عليه من مطالب أو التكيف عقلياً طبقاً لمشاكل الحياة،إن الذكاء الروحى ينبثق بالطبيعة من ذكائك الشخصى (معرفتك وتقديرك وفهمك لنفسك)، ومن خلال ذكائك الإجتماعى(معرفتك وتقديرك وفهمك للأخرين)، وينتهى بتقديرك وفهمك لكل أشكال الحياة الأخرى والكون كله،بل أن أحد أهم عناصر تنمية ذكائك الروحى يكمن فى الإتصال بالطبيعة وتقديرها وفهمها.

٦-النظريات التى فسرت الذكاء الروحى:

أولاً: نظرية الذكاءات المتعددةMultiple Intelligence Theory :

تعد نظرية الذكاءات المتعددة نموذج معرفى يهدف إلى كيفية إستخدام الأفراد لذكاءاتهم بطرق غير تقليديه وهذه المحاوله العلميه من جانب هوارد جاردنر(Howard Gardener) لفتت الانتباه إلى كيفية إعمال عقل الإنسان مع البيئه المحيطه بكل ما تحويه من أشياء وأفراد وإلى تحديد الذكاء المناسب للتوظيف المعرفى.

طلبت مؤسسة" بيرناتد فان لير"Bernatd Van Leer,1970 من جامعة (هارفرد) القيام بإنجاز بحث علمى يستهدف تقييم وضعية المعارف العلميه المهتمه بالإمكانيات الذهنيه للإنسان وإبراز مدى تحقق هذه الإمكانيات وإستغلالها، وفى هذا الإطار بدأ فريق من العاملين المختصين بالجامعه أبحاثهم التى أستغرقت عدة سنوات، قصد استطلاع وكشف مدى تحقيق هذه الإمكانات على أرض الواقع. ولقد تم بالفعل البحث فى عدة مجالات فرعيه، بتمويل من المؤسسه المذكوره، وهكذا تم البحث فى مجال التاريخ الإنسانى والفلسفى والعلوم الطبيعيه والإنسانيه. كما نظم لهذا الغرض عدة لقاءات علمية على المستوى الدورى، تناولت قضايا تتعلق بمفهوم النمو فى مختلف الثقافات البشريه.

وهناك باحثون ساهموا فى هذه الدراسه التى تستهدف تقييم وضعية المعارف العلميه المهتمه بالإمكانيات الذهنيه للإنسان وإبراز مدى تحقق هذه الإمكانيات واستغلالها ومنهم : جيرالد ليسر "Gelard.S.Lesser" وهو رئيس فريق مشروع البحث وعالم نفس وجاردنر"Gardner" وهو أستاذ لعلم النفس التربوى ومهتم بدراسة مواهب الأطفال وأسباب غيابها لدى الراشدين الذين حدثت لهم بعض الحوادث التى تسببت فى إحداث تلف بالدماغ ،وإسرائيل شيلفر"Isreal Schefflr" وهو فيلسوف فى مجال فلسفة التربيه والعلوم،وروبرت لافين"Robert La Vine" المختص فى علم الإنثروبولوجيا الإجتماعيه ،والعالمه ميرى وايت"Merry White"المختصه فى التربيه بالمجتمع اليابانى .

تكمن أهمية هذه النظريه فى قدرتها الفائقه للتطبيق على أرض الواقع ومن خلال استعمالها لمجموعه مرنه من طرائق التدريس وإعادة وبناء المناهج التدريسيه بما يتفق مع تلك القدرات ،فضلاً عن اعتمادها فى التعليم على الفهم والإستيعاب ، مما يؤدى إلى صقل العديد من المهارات والخبرات الإيجابية لدى الطلاب والتى تهيء الطلاب للنجاح لما بعد التخرج.

حدد جاردنر(Gardner,1983, 119) أهم الميادين التى شملها البحث فى نظرية الذكاء المتعدد والتى تشكل الدعامه العلميه لهذه النظريه وهى:

- النمو الذهنى للأطفال العاديين: إذ تم البحث فى المعارف المتوفره حول نمو مختلف الكفاءات الذهنية لدى الأطفال العاديين.
- دراسة الكيفيه التى تعمل بها القدرات الذهنيه خلال الإصابات الدماغيه وحدوث تلف فى بعضها مما يؤدى الى فقدان وظائف بعضها أو تلف بشكل مستقل عن غيرها.
- دراسة تطور الجهازالعصبى حوالى ربع قرن من الزمن للوصول إلى بعض الأشكال المتميزة للذكاء.
- دراسة الأطفال الموهوبين والعاديين والأطفال الذين يظهرون صعوبات تعليميه.
- دراسة النشاط الذهنى لدى مختلف الشعوب المتميزه بثقافات متنوعه.

قال جاردنر (Gardner, 1997, 21) أن الذكاء المتعدد هو إمكانية بيولوجية تُعد نتاج للتفاعل بين العوامل التكوينيه والعوامل البيئيه ويختلف الناس فى مقدار الذكاء الذى يولدون فيه كما يختلفون فى طبيعته ويختلفون فى الكيفيه التى ينمو بها ذكائهم ذلك أن الناس معظمهم يسلكون وفق المزج بين أنواع الذكاء لحل مختلف المشكلات التى تعترضهم فى الحياه.

وعرفها جاردنر (Gardner,1999,37)بأنها" قدره نفسيه بيولوجيه كامنه (Biopsychological Potential) تستلزم وجود مهارات متعدده يمكن تنشيطها فى البيئه الثقافيه لتمكن الفرد من معالجة المعلومات وحل المشكلات وابتكار المنتجات التى لها قيمه ضمن الثقافة التى يعيش فى كنفها الفرد أو فى ثقافات أخرى.

ويشير جاردنر أن لكل فرد لديه مالا يقل عن ثمانية أنواع من الذكاءات وهى كما يأتى:

أولاً: الذكاء اللغوى اللفظى:

هو قدرة الفرد على إستعمال اللغة سواء كانت اللغة الأم أو أى لغات أخرى ، ومدى إتقانها فى القراءه والكتابه وتذكر الكلمات ويشمل القدره على المعالجه الفعاله للغه والتعبير عن الذات بنحو بيانى أو شعرى .

ثانياً: الذكاء المنطقى الحسابى:

هو القدرة على إستعمال الأرقام والتفكير التحليلى وطرح التساؤلات الرياضيه ،وإيجاد الحلول لها،وفهم المسائل الحسابيه وإدراك العلاقات بين الأرقام .

ثالثاً:الذكاء المكانى /البصرى:

هو القدرة على تخيل العلاقات المكانية بين الأشكال والفراغات وإدراكها واستعمال الصور الذهنية فى قراءة الخرائط وفك المتاهات والألغاز البصريه.

رابعاً:الذكاء الشخصى الداخلى:

هو قدرة الفرد على التأمل الداخلى ،الإستبطان،وفهم المشاعر والدوافع الذاتيه والتفكير بحكمه وتحديد الأهداف الشخصيه والعمل على تحقيقها.

خامساً: الذكاء الإجتماعى بين الأشخاص:

هو قدرة الفرد على إدراك الحالات المزاجيه للأخرين، والتمييز بينها وإدراك نواياهم ودوافعهم ومشاعرهم ويتضمن ذلك الحساسيه لتعبيرات الوجه والصوت والإيماءات التى تعتبر هذه المؤشرات.

سادساً: الذكاء الجسمى/الحركى:

هو القدرة على إستعمال الجسم كله أو أجزاء منه بمرونه وتوازن وبتأزر عصبى وعضلى والتعامل مع الأشياء ببراعه.

سابعاً: الذكاء الموسيقى أو الإيقاعى:

هو القدرة على سماع الموسيقى وإدراكها والتمميز بين الألحان وتذكرها،وتشكيل النغم والإيقاع .

ثامناً: الذكاء الطبيعى:

هو القدرة على الوعى بالمحيط الطبيعى ،وتصنيف الأشياء المرتبطه بالظواهر الطبيعيه ،من نباتات وحقول وغابات وصخور وتربية حيوانات والتعرف على أوجه التشابه والاختلاف فيما بينها

تاسعاً: الذكاء الوجودى:

هو الذكاء الذى يقوم على التأمل الدقيق للقدرات الإنسانيه وخصائصها ومعرفتها، ويتضمن الوعى بالمعرفه وإدراك العالم الداخلى للنفس ،ويمتلك صاحب هذا الذكاء القدره على التركيز على الأفكار الداخليه والوعى بالدوافع ، والثقه العاليه بالنفس ، وحب العمل بشكل منفرد، ويتمكن من القيام بالتأمل التحليلى للنفس، والتأمل فى المشكلات الأساسية كالحياه والموت والأبدية وابداء أفكار قوية أثناء مناقشة قضيه جدليه .

عاشراً: الذكاء الروحى:

ثم جاء إيمونز(Emmons ,2000a,10) وطرح فى موجه ثالثه من الأبحاث العلميه فى الذكاءات المتعدده نوعاً جديداً هو الذكاء الروحى وهو"القدرة على إستخدام المعلومات الروحيه فى حل المشكلات اليوميه.

أشار جابر عبد الحميد جابر(٢٠٠٣، ٢٣) طرح جاردنر أن نموذجه عن الذكاءات السبعه صياغه مبدئيه وبعد مزيد من البحوث قد لا تستوفى بعض الذكاءات على قائمته لمحكات معينة من الثمانيه التى وصفناها من قبل وبالتالى لا تبقى مؤهلة كذكاءات ، ومن ناحية أخرى قد نميز ذكاءات جديدة أمام الإختبارات المختلفه،ومن الذكاءات التى اقترحت:

- **الروحى**
- **الحساسيه الخلقيه**
- **الدعابه**
- **الحدس**
- **الإبداع**
- **الإدراك الشمى**
- **القدرة على التأليف بين الذكاءات الأخرى.**

وترى الباحثه أن قائمه الذكاءات المتعدده لجاردنر ليس لها نهاية بسبب تطور العلم فنحن بصدد أكتشاف أنواع أخرى من الذكاءات.

نقاط مفتاحيه فى نظرية الذكاءات المتعددة:

أشارجابر جابر(٢٠٠٣، ٢٢) أن ثمة نقاط معينه تتعلق بالنموذج علينا تذكرها لأهميتها تتعدى وصف الذكاءات السبعه وأساسها أو دعائمها النظريه.

- **يمتلك كل شخص الذكاءات السبعه كلها.**
- **معظم الناس يستطيعون تنمية كل ذكاء إلى مستوى مناسب من الكفاءه.**
- **تعمل الذكاءات عادة بطرق مركبه.**
- **هناك طرق كثيره تكون فيها ذكياً فى كل فئه.**

- **ثانياً: نظرية ستيرنبرج"Sternberg" فى الذكاء:**

نظرية ذات الأبعاد الثلاثيه فى الذكاء أو نظرية سترنبرج فى الذكاء Triarchic theory of *intelligence* طوّر (روبرت سترنبرجSternberg) في جامعة Yale خلال العقدين الماضيين عدة نظريات حديثة في الذكاء ذات مضامين مهمه في الكشف عن الموهوبين وتعليمهم. ففي عام ١٩٨٥ عرض نظريته الثلاثيه في الذكاء الإنساني، وفي عام ١٩٩٧ قدم صوره مطوره عن هذه النظره سماها نظرية الذكاء الناجح (Sternberg, 1997)، وعرف الذكاء الناجح بأنه القدرة على تحقيق النجاح في الحياه العمليه طبقاً لمفهوم الفرد نفسه وتعريفه للنجاح في محيطه الإجتماعي الثقافي، وذلك عن طريق توظيف عناصر القوه لديه والتعويض عن عناصر ضعفه، من أجل التكيف مع محيطه بتشكيله أو تعديله أو تغييره بتآزر وحشد قدراته التحليليه والإبداعيه والعمليه.

واستناداً لنظرية سترنبرج فإن الذكاء الناجح يتألف من ثلاثة مكونات أو يتضمن ثلاثة أنواع من الذكاء، هي:

٢. الذكاء التحليلي Analytical Intelligence

٣. الذكاء الإبداعي Creative Intelligence

٤. الذكاء العملي Practical Intelligence

وفي ضوء ذلك يصنف سترنبرج الموهبة والموهوبين في أربع فئات هي:

-الموهوب تحليلياً : وهو من تتجلى قدرتة على تحليل المشكلات والتقييم والنقد والمقارنه.

-الموهوب إبداعياً : وهو من تتجلى قدرته على الإكتشاف والإبتكار وتوليد الأفكار والتخيل.

-الموهوب عملياً : وهو من تظهر موهبته فى المهام العمليه فهو يقوم بتوظيف المعلومات والأفكار على أرض الواقع.

ذكر محمد عبد الهادى حسين(٢٠٠٣، ٤٥) أن الذكاء التحليلى هو الذى يقاس فى الإختبارات المألوفه للذكاء عاده، ويرى ستيرنبرج أهميه الحفاظ على التوازن بين الذكاء التحليلى من جانب والذكاء الإبتكارى والعملى من جانب أخر ، ويرى أن المشكلات العمليه على عكس التحليليه يغلب أن تطلب التعرف على المشكله وصياغتها وتعريفها ولو تعريفاً ضعيفاً كما تتطلب البحث عن المعلومات وهى مشتقة من الحياه اليوميه وتتطلب انشغالاً شخصياً، والذكاء العملى يتمثل المعرفه المتضمنه والتى يعرفها بأنها معرفه موجهه نحو الفعل وتكتسب بدون مساعده مباشره من الأخرين.

ويصف (Sternberg,1997,480)أن الذكاء الروحى باعتباره مجموعه من القدرات العقليه التى تسهم فى الوعى والتكامل وتطبيق التكيفيه اللامعنويه مما يؤدى الى نتائج وجوديه عميقه مثل التعزيز وتأمل المعنى والإعتراف الذاتى والتمكن من الحاله الروحيه.ويحدد أربع مكونات للذكاء الروحى:

-التفكير الناقد الوجودى

-إنتاج المعنى الشخصى

-الوعى الفائق

٧-تنمية وتربية الذكاء الروحى:

يذكرمحمد عبد الهادى حسين(٢٠٠٧، ٢٣-٢٤) منظومه مقترحه لتقوية سمات الذكاء الروحى ويتضح من خلال الجدول التالى:

جدول(٢)

منظومة سيناريوهات مقترحه لتقوية سمات الذكاء الروحى

السمات المحتمله	كيف تعزز التعليم
إستعمال الخبره الباطنيه	زيادة الوقت للتفكير المتأمل
السعى لفهم الحياه	إستخدام كتابات الصحف ومعالجتها
إستخدام الرموز والأشكال للإتصال	الإطلاع على حياة وأعمال المستكشفيين الروحانيين
إستخدام الحدس	إستخدام أسلوب حل المشكلات(التوقع)
الإحساس بالمشكلات الاجتماعيه	الإشتراك فى إدارة مشروعات خدمة الأمه
الإحساس بمأربهم فى الحياه	إستخدام أنشطة النمو الذاتى
الإهتمام بأمور الظلم والإنصاف	إستخدام تعلم أساسيات المشكلات الإنسانيه
إحراز أسئله ضخمه	توفير وقت للمناقشات غير المحدوده
الإحساس الجشطالتى(الصوره كامله)	إستخدام دراسة الخرائط والموضوعات العامه
الرغبه فى عمل غير المألوف	تطوير أنشطة النمو الذاتى
القدره على الاهتمام	دراسة حياة المستكشفيين الروحانيين
الفضول حول وظائف العالم والأعمال	تكامل العلم مع العلوم الإجتماعيه
تقييم الحب،الحنو على الأخريين	إستخدام التأكيدات والظنون حول المعتقدات
الإقتراب من الطبيعه	إستخدام دراسات إقتصاديات البيئه

إستخدام التخيل والصور العقليه	قراءة القصص والأساطير
التأمل والإدراك الذاتى والرقابه الذاتيه	الإنتفاع بدور السيكودراما
البحث عن التوازن فى الحياه	وضع مناقشة وأهداف للأنشطه
الإهتمام بالتعرف السليم	إستخدام مناقشة المعالجات
البحث عن فهم الذات	الثقه بالحدس والصوت الداخلى
الإرتباط بالأخرين والأرض والكون	تأكيد التكامل فى الدراسات
صنع السلام	إستخدام نموذج:ماذا،مثل ماذا،وماذا الأن
الأهتمام بالألم الإنسانى	دراسة حياة الشخصيات البارزة والصعاب التى واجهتها

٨-دراسات سابقة:

- **دراسات خاصة بالذكاء الروحى عند فئات مختلفة:**

- دراسه أنيماشهون (Animasahun، ٢٠١٠):

أجريت على (٥٠٠) فردا اختيروا عشوائيا (٤٨٥ذكرا، ٤٢ انثى)،هدفت الدراسه إلى التعرف على مدى قدره الذكاء المعرفى والوجدانى والروحى على التنبؤ بالقدره على التوافق ، إستخدمت الدراسه مقياس (للذكاء المعرفى،الوجدانى،الروحى)ومقياس التوافق،أظهرت الدراسه وجود علاقات إرتباطيه موجبه بين المتغيرات المستقله (الذكاء المعرفى- الذكاء الوجدانى- الذكاء الروحى) وبين القدره على التوافق. وأوضحت النتائج أيضا أن المهارات الخاصة بالذكاء الوجدانى والروحى أكثر أهميه من الذكاء المعرفى بالنسبه لأ فراد العينه فى تحقيق التوافق.

- دراسة جابتو (Gaptu,2012):

"الذكاء الروحى وعلاقته بالذكاء الوجدانى والتنظيم الذاتى وفاعلية الذات بين طلاب الجامعة"

وأستخدمت الدراسه مقياس الذكاء الوجداني "لرامبير"، وإستبيان الكفاءه الذاتيه"لبيتر"واستبيان التنظيم الذاتي "لريانوكرنيل"،ومقياس الذكاء الروحى. واجريت الدراسه على (٨٠) طالباً من طلاب الجامعه، بلغ عدد الذكور(٤٠) وعدد الإناث(٤٠) من جامعه كوكشتوا بالهند.انتهت الدراسه إلى أن الذكاء الروحي والوجداني يرتبطان بشكل دال مع الكفاءه الذاتيه والتنظيم الذاتي، وأن هناك فروق بين الذكور والإناث فى الذكاء الروحي لصالح الذكور.

- دراسة كاور (Kaur et al,2013):

هدفت الدراسه إلى فحص العلاقة بين الذكاء الروحي والرضا الوظيفي لدى معلمي المدارس الثانوية. بلغت العينة(١٠٠) معلم من معلمي المدارس الثانوية، طبق عليهم مقياس الذكاء الروحي ومقياس الرضا الوظيفي.إنتهت الدراسة إلى وجود علاقه ايجابيه ذات دلاله إحصائيه بين الذكاء الروحي للمعلمين ورضاهم الوظيفي، ووجود فروق ذات دلاله بين معلمى المدارس الحكوميه والخاصه في الذكاء الروحي.

- دراسة كاور وسنج (Kaur&Singh,2013):

وقد أجريت الدراسه على عينة قدرها (٩٢) طالباً وطالبه من كليات الهندسه والتربيه، هدفت هذه الدراسه إلى التعرف على الفروق بين المعلمين والمهندسين فى الذكاء الروحى وكذلك معرفة أثر الجنس والمكان على الذكاء الروحى، إستخدمت الدراسه مقياس للذكاء الروحى،ولقد أظهرت النتائج أن هناك فروقاً فى أبعاد الذكاء الروحى لدى المعلمين،وأنه لا توجد فروق على أثر الجنس أو المكان فى الذكاء الروحى.

- دراسة فاروق مصطفى جبريل (٢٠١٤):

هدفت الدراسه إلى التعرف على المناخ الأسرى والجامعى المدرك والمأمول وعلاقته بالذكاء الروحى لدى طلاب الجامعه وفى ضوء الجنس والتخصص الدراسى.وقد أجريت عينة الدراسه على (٧٨٢) من طلاب الجامعه،استخدمت الدراسه مقياس المناخ الأسرى المدرك،مقياس المناخ الأسرى المأمول ، مقياس الذكاء الروحى، وانتهت نتائج الدراسه إلى عدم وجود فروق داله بين الجنسين فى الذكاء الروحى ،وجود فروق داله بين طلاب الكليات النظريه والكليات العمليه فى الذكاء الروحى لصالح الكليات النظريه، وجود علاقة إرتباطيه بين المناخ الأسرى والجامعى المدرك والذكاء الروحى.

- دراسة محمد مصطفى عبد الرازق(٢٠١٦):

عنوان الدراسة" إسهام كل من الذكاء الروحى والاخلاقى فى التنبؤ بالكفايات الشخصية لدى معلمى الموهوبين بمدينة أبها"

تم اختيار العينه من معلمى الموهوبين فى مدينه أبها فى المملكة العربيه السعوديه وكان عددهم (٥١) فرداً،وتم إستخدام المنهج الوصفى المقارن ،أستخدمت الدراسه مقياس الذكاء الروحى،مقياس الذكاء الأخلاقى،مقياس الكفايات الشخصيه. وقد أشارت النتائج إلى وجود علاقه إرتباطيه بين الذكاء الروحى والذكاء الأخلاقى والكفايات الشخصيه لدى معلمى الموهوبين،كما توصلت إلى أنه يمكن التنبؤ بالكفايات الشخصيه لمعلمى الموهوبين من خلال أبعاد الذكاء الروحى ،أو أبعاد الذكاء الأخلاقى أو كليهما.

- دراسة أميرة مسعد أبو المكارم(٢٠١٦):

تهدف الدراسه إلى الكشف عن طبيعة العلاقه بين الذكاء الروحى وصلابة الشخصيه لدى طلاب وطالبات الجامعه،وكذلك هدفت إلى وجود فروق بين الطلاب الذكور والإناث فى الذكاء الروحى، تكونت عينه الدراسة من (١٥٠) طالباً وطالبه بواقع (٧٠) طالباً (٨٠) طالبه من طلاب الجامعه ، تمثلت أدوات الدراسة فى : مقياس الذكاء الروحى إعداد الباحثه،مقياس الصلابه الشخصيه إعداد آمال عبد السميع باظة. وأسفرت نتائج الدراسة إلى:-

- **وجود إرتباط موجب دال إحصائياً بين أبعاد الذكاء الروحى وأبعاد الصلابه الشخصيه ما عدا الإلتزام وكلاً من النعمه والمعنى.**
- **وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الإناث والذكور فى أبعاد الذكاء الروحى ما عدا النعمه لصالح الاناث .**
- **لا توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطات درجات الإناث والذكور فى مكونات صلابه الشخصيه.**
- **دراسات خاصة بالذكاء الروحى عند المراهقين:**

- دراسة بابينز (Babanazari et al, 2012): الذكاء الروحى والسعاده للمراهقين فى المدرسة الثانويه.

تكونت عينة الدراسه من(٢٢١) طالباً،إستخدمت الدراسه مقياس الذكاء الروحى،مقياس السعاده للمراهقين .أظهرت النتائج أنه يوجد ارتباط كبير بين الذكاء الروحى والسعاده، وأظهرت نتائج تحليل الإنحدار أن قيمة الإستشعار والإستشعار المجتمع توقعت بشكل كبيرالسعاده.

دراسة أناند (Anandan Nair et al ,2017). الذكاء الروحي لدى طلاب المرحله الثانويه العليا فيما يتعلق بتكيفهم الإجتماعي.

تكونت العينه من (٣٢٠) طالباً من مختلف المدارس الثانويه ، استخدموا مقياس للذكاء الروحى،وقد أسفرت النتائج عن وجود انخفاض فى مستوى الذكاء الروحى لدى طلاب الثانويه العليا ،وأنه لا يوجد فرق كبير فى مستوى الذكاء الروحى بين الذكور والبنات،وأنه يتمتع طلبة المدارس الثانويه في المناطق الريفيه والحكومه بمستوى أعلى من الذكاء الروحي أكثر منه في المناطق الحضريه و المدارس الخاصه ،وهناك إرتباط كبير بين الذكاء الروحى والتكيف الإجتماعى.

دراسة سشنج (Cisheng et al,2017): هدفت الدراسه إلى معرفة الدور المعتدل للذكاء الروحى على العلاقه بين الذكاء العاطفى وتطوير الهويه لدى المراهقين. تكونت عينة الدراسه من(٢٠٠) طالب (١٠٠) ذكور (١٠٠) إناث تراوحت أعمارهم ما بين(١٢- ١٨) عام،وقد أسفرت نتائج الدراسة الحالية أن الذكاء الروحي كان مرتبطاً إرتباطاً وثيقا بمزيد من الذكاء العاطفي وتطوير الهويه في الدراسه الحاليه. وكشفت نتائج الدراسه أن الذكاء الروحي كان يلعب دور كبير على العلاقه بين الإنفعاليه العاطفيه وتطوير الهوية. ووجدت هذه الدراسة أن المراهقين الأذكياء روحياً ، الذين كانوا أقل ذكاءً عاطفياً ، وكانوا أقل تطوير الهويه أكثر صحه من أولئك الذين كانوا أقل ذكاءً روحياً.

٩-تعليق عام على الدراسات السابقة:

بالرغم من الحداثه النسبيه لمفهوم الذكاء الروحى إلا أن بعض الدراسات تمكنت من إلقاء الضوء على مفهوم الذكاء الروحى وبعض أبعاده وعلاقته ببعض المتغيرات كما يلى:

إتفقت الدراسات التاليه مثل دراسه(Kaur&Singh,2013)ودراسه (فاروق مصطفى جبريل ٢٠١٤) ودراسه (Kaur,2013)) ودراسه (Nokelainen&tirri(٢٠١١) ودراسه أميرة مسعد أبو المكارم(٢٠١٦) ودراسه(Nair Anandan,2017)على أنه لا يوجد فروق بين الجنسين على مقياس الذكاء الروحى.

- بينما دراسه(Gaptu,2012) وجدت فروق بين الجنسين لصالح الذكور.

إتفقت دراسه (Animasahun، ٢٠١٠)على أنه يوجد علاقة بين (الذكاء المعرفى والوجدانى والروحى)وبين القدرة على التوافق ، وأوضحت النتائج أيضا أن المهارات الخاصه بالذكاء الوجدانى والروحى أكثر أهميه من الذكاء المعرفى بالنسبه لأفراد العينه فى تحقيق التوافق ،واتفقت أيضا دراسه (Gaptu,2012) أن الذكاء الروحي والوجداني يرتبطان بشكل دال مع الكفاءة الذاتيه والتنظيم الذاتي، واتفقت دراسه عبد الرازق محمد مصطفى(٢٠١٦)على وجود علاقه ارتباطيه بين الذكاء الروحى والذكاء الأخلاقى والكفايات الشخصيه لدى معلمى الموهوبين،كما توصلت إلى أنه يمكن التنبؤ بالكفايات الشخصيه لمعلمى الموهوبين من خلال أبعاد الذكاء الروحى ،أو أبعاد الذكاء الأخلاقى أو كليهما.

وجدت دراسة (Kaur,2013) وجود علاقة إيجابية ذات دلاله إحصائيه بين الذكاء الروحي للمعلمين ورضاهم الوظيفي، ووجود فروق ذات دلاله بين معلمى المدارس الحكوميه والخاصه في الذكاء الروحي لصالح معلمى المدارس الحكوميه.

وذكرت دراسة (Kaur&Singh,2013) أن هناك فروقاً فى أبعاد الذكاء الروحى لدى المعلمين والمهندسين.

بينما وجدت دراسة فاروق مصطفى جبريل (٢٠١٤) على وجود فروق داله بين طلاب الكليات النظرية والكليات العملية فى الذكاء الروحى لصالح الكليات النظريه، وجود علاقه إرتباطيه بين المناخ الأسرى والجامعى المدرك والذكاء الروحى.

وأشارت دراسة أميرة مسعد أبو المكارم(٢٠١٦)على وجود إرتباط موجب دال إحصائياً بين أبعاد الذكاء الروحى وأبعاد الصلابه الشخصيه ما عدا الإلتزام وكلاً من النعمه والمعنى، لا توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطات درجات الإناث والذكور فى مكونات صلابة الشخصيه.

إتفقت دراسة (Babanazari,2012) أنه يوجد إرتباط كبير بين الذكاء الروحى والسعاده لدى المراهقين، بينما دراسة (Nair Anandan,2017) عن وجود إنخفاض فى مستوى الذكاء الروحى لدى طلاب الثانويه وأنه يتمتع طلبة المدارس الثانويه في المناطق الريفيه والحكوميه بمستوى أعلى من الذكاء الروحي أكثر منه في المناطق الحضريه و المدارس الخاصه ،وهناك إرتباط كبير بين الذكاء الروحى والتكيف الإجتماعى، بينما دراسةCisheng (2017,) أن الذكاء الروحي كان مرتبطاً إرتباطاً وثيقاً بمزيد من الذكاء العاطفي وتطوير الهويه.

ثالثاً: الإرشاد الإنتقائى Selective Counseling:

كان يوجد محاولات ترتكز على الإنتقاء من إتجاهات متعدده أو ما يسمى الإنتقائيه الثنائيه أو عديدة الطراز فى مقابل الإنتقائيه احادية الطراز والتى تركز على المواءمه بين نظريات متعدده ولكن فى إتجاه واحد .

أما بالنسبة للأسلوب الإرشادى الإنتقائى التكاملى فإن تطوره على يد "فريدريك ثورن" فى عام ١٩٥٠، فعمل على جمع وتوحيد مناهج الإرشاد والعلاج النفسى بأسلوب إنتقائى تكاملى.

١-البرامج الإرشاديه:

عرفها أحمد محمدعبد الخالق(٢٠٠٢، ٨٧) بأنها مجموعه من الخطوات المنظمه والقائمه على أسس علميه، وتهدف إلى تقديم الخدمات لمساعدة الفرد ، أو الجماعات لفهم مشاكلهم والتوصل إلى حلول بشأنها وتنمية مهاراتهم ،وقدراتهم لتحقيق النمو السوى فى شتى مجالات حياتهم، ويتم فى صورة جلسات منظمه فى إطار من علاقه متبادله متفهمه بين المرشد والمسترشد.

وأشار طه عبد العظيم حسين(٢٠٠٤، ٢٨٣) بأنها مجموعه من الخطوات المحدده بدقه والمنظمه بعنايه وتستند فى أساسها على نظريات وفنيات ومبادئ الإرشاد النفسى ، وتتضمن مجموعه من المعلومات والخبرات والمهارات والأنشطه المختلفه والتى تقدم للأفراد خلال فتره زمنيه محدده ، بهدف مساعدتهم فى تعديل سلوكياتهم وإكسابهم سلوكيات ومهارات جديده،تؤدى بهم إلى تحقيق التوافق النفسى وتساعدهم فى التغلب على المشكلات التى يعانونها فى حياتهم.

وتعرفها الباحثه بأنها: مجموعه من الخطوات المنظمه التى يقوم بها المرشد بمعاونة المسترشد أو المسترشدين والتى تقوم على مبادئ ونظريات الإرشاد النفسى مع ضرورة وجود تغذيه راجعيه مستمره بهدف تحقيق تحسين للذكاء الروحى لدى طلاب الثانويه العامه باستخدام فنيات من نظريات متعدده مثل المحاضره والمناقشه والتغذيه الراجعيه والمناقشات الجماعيه ولعب الدور....إلخ.

٢-تعريفات الإرشاد الإنتقائى:

يعتبر الإرشاد الإنتقائى إتجاهاً شاملاً كاملاً لأنه قابل لكل إضافه جديده ولكل أسهام جاد فى الإرشاد النفسى ، فهو يعتبر إرشاد العصر وأفضل طريقه لحل المشكلات النفسيه .فأن الإنتقائيه لم تعد مجرد نظريه إرشاديه، بل أنها أصبحت إتجاهاً ومنهجاً فى الإرشاد النفسى يضم العديد من النظريات ، فلم تعد أى نظريه قادره بمفردها على حل المشكلات النفسيه المعاصره التى أصبحت أكثر تعقيداً، وتأتى الحاجه إلى هذا الاتجاه الحديث من الإرشاد نتيجة عدم رضا عدد كبير من الإكلينيكيين عن النظريات الإرشاديه الأحاديه.

أشار محمد إبراهيم عيد(٢٠٠٥، ١٩)أن أول من سك مصطلح الإنتقائيه هو لازورس، حيث إرتأى أن العلاج السلوكى لا ينبغى أن يقتصر على نظرية التعلم فحسب، بل عليه أن ينتقى أية فنيه مشتقه من أى نسق علاجى لخدمة الموقف العلاجى.

ذكر صلاح الدين العمرية(٢٠٠٥، ١٧٢)أن ما عرضه ثورن فى كتبه المتعدده يعتبر أرشد أسلوب لأرشاد الشخصيه وعلاجها قدمه باحث بمفرده حتى الأن ، وهو يشعر أن كل النظريات الموجوده مجدده وغير كافيه ولهذا هو يفضل الأسلوب الإنتقائى والذى يعتبره الأسلوب العلمى الوحيد نظراً لشموله.

عرفه محمد عبد التواب أبو النور(٢٠٠٠، ١٥٢) أن الإرشاد الإنتقائى " شكل من أشكال الإرشاد النفسى القائم على نظرية العلاج النفسى الإنتقائى، والذى يعد نظاماً يقوم على تحديد المبادئ ، والإستراتيجيات الأساسيه الفعاله فى العلاجات النفسيه الأخرى ، خاصه تلك الإستراتيجيات التى ثبت فعاليتها فى علاج المشكلات ، وتلائم حاجات متلقى الخدمه الإرشاديه.

ذكرحسام الدين عزب(٢٠٠٢ ،٥) بأن الإرشاد الإنتقائى منظومه ذات طابع ملتصق من الفنيات الإرشاديه تنتمى كل فنيه منها إلى نظريه خاصه بها، إلا أن إنتقاء هذه الفنيات تتم بشكل تكاملى، ويتم إنتقاء هذه الفنيات لتشكيل منظومه تكامليه بالرجوع إلى تشخيص دقيق لحالة الفرد لتحديد أفضل التقنيات ومدى ملاءمتها للخطه العلاجيه.

أشار (Varm&Gupta,2008,213)أن الإنتقائيه فى الإرشاد النفسى تتبنى محاولة إيجاد العناصر الفعاله فى كل المبادئ والنظريات ثم دمجها فى نظام كلى متناسق ، حيث يتمثل هذا النظام فى مجموعه منظمه من الملامح المتناسقه من مصادر متنوعه متباعده، وأحياناً يكون الإختيار من أنظمة ونظريات غير متناسقه، ذلك لبناء نظام ونظريات جديده.

وتستخلص الباحثه من العرض السابق ما يلى:-

- **أن مفهوم الإرشاد الإنتقائى مفهوم حديث فى مجال الإرشاد النفسى.**
- **عدم ضرورة تناسق النظريات النفسيه مع بعضها وذلك لبناء نظام جديد لخدمة الموقف العلاجى.**
- **يجب معرفة المرشد النفسى بكل النظريات النفسية للموائمه بينهم.**
- **أن الفنيات المستخدمه يتم تحديدها على أساس حاجة الفرد أو الحالة لها .**
- **هذا المفهوم متعدد المداخل والإتجاهات وعدم إرتباطه بنظرية معينة.**
- **لا توجد فنيات جديدة لهذا الأسلوب بل هى عبارة عن مجموعة فنيات من نظريات مختلفة.**

٣-أهمية الإرشاد الإنتقائى:

يعد الإرشاد الإنتقائى أساس العملية الإرشادية بل وخلاصة نظريات علم النفس وواقعها التطبيقى، لذلك يوجد غالبية المعالجيين النفسيين يعتقدون أنهم يستخدمون خليطاً من الطرق مادام تهدف إلى تعديل السلوك.

ويقول جولد وفريد (Gold&Fried,2004,102) ضرورة إستخدام المدخل الإنتقائى كمدخل إرشادى جديد والإختيار من المداخل الإرشادية المختلفة، وذلك لعدة أسباب:

١. أهمية الدور الذى تلعبه المداخل الجديدة فى التغيير.
٢. أهمية التفاعل الإرشادى بين المرشد والمسترشد ودور العلاقة الإرشادية بينهما فى حدوث التغيير.
٣. التأكيد على الرعاية التى يقدمها المرشد للمسترشد وزيادة الثقة المتبادلة بينهما.

وقد أشار نوركروس(Norcross.et al.,2005) إلى أهمية الإرشاد الإنتقائى فى بحثه مع آخرين حيث قاموا بدراسة إستطلاعية على ١٨٧ مرشد ومعالج نفسى حول رأيهم عن الأسلوب الذين يفضلون استخدامه فى إرشاد مسترشديهم، حيث أشارت الأغلبية بنسبة ٨٥٪ منهم إلى إستخدام الأسلوب الإنتقائى.

يقول كلاً من جولد واستريكر (Gold&Stricker,2006,5) إلى وجود ثمانية عوامل فى الإرشاد النفسى دعت الحاجه الشديدة إلى تكامل النظريات الإرشادية المتنوعة وهى:

١. الزيادة المستمرة فى عدد مدارس الإرشاد النفسى.
٢. نقص الدعم العلمى الكامل للفعالية الفائقة لأى مدخل من مداخل الإرشاد النفسى بشكل منفرد.
٣. فشل أى نظرية من نظريات الإرشاد النفسى فى التوضيح والتنبؤ بالمرض والشخصية والتغيير السلوكى بشكل كامل.
٤. النمو السريع فى مجموعة متنوعة من أنواع الإرشاد النفسى وأهمية الإرشاد النفسى قصير المدى.
٥. الإتصال الكبير بين الإكلينيكيين والدارسين والذى أدى إلى زيادة الاستبداد وإتاحة الفرصة الكبرى فى التجريب.
٦. تحديد العوامل الشائعة فى كل أنواع الإرشاد النفسى والتى كانت مرتبطة بالنتيجة الإرشادية.
٧. نمو المنظمات والمؤتمرات والمجلات المتخصصة والمخصصة لدراسة الإرشاد النفسى الإنتقائى بشكل تمهيدى.

٤-مبادئ الإرشاد الإنتقائى:

وضحت سهام محمد أبو عطية(٢٠٠٢، ١٧٧) أن النظرية الإنتقائية ترجع إلى فريدريك ثورن ولورانس بارمر ، وتعنى وجهة النظر الإختيارية إختيار الطريقة أو الأسلوب من عدة مصادر ونظريات، ويجب الأستفادة من المصادر المختلفة بما يساعد على خدمة حاجة الأفراد الذين يطلبون المساعدة ، وهم يعتقدون بأنه يجب إختيار الإجراءات والأساليب التى تناسب المسترشد، ويجب أن لا يعتمدوا على المحاولة والخطأ،حيث يتدرب المرشد على العديد من الطرق والأساليب ويختر منها ما يتلائم مع مشكلة فردية محددة.

ذكر محمود عطاعقل (٢٠٠٠، ١٤٣)أهم المبادئ الرئيسية التى تنطلق منها الإنتقائية متعددة الوسائل كما جاء بها(لازورس) وهى كما يأتى:

- السلوك الأنسانى يتأثر بعوامل عدة منها وراثية وبيولوجية وبيئية، وهى المسؤولة عن تشكيل شخصية الفرد، وتتمثل فى التفاعل مع الأخرين فى الظروف البيئية والثقافية والإجتماعية المحيطه به، من خلال عملية التعلم من المحيطين .
- الإضطراب النفسى للفرد ناتج عن تعلم غير مناسب ، من خلال الإدراك غير المناسب للنماذج السلوكية غير السوية، ونقص فى المعلومات وضعف فى الذاكرة التى تعجز عن إمداده بطرق التعامل مع المواقف الاجتماعية المختلفة، فينتج عنه سلوك غير متوافق بصورة إضطراب.
- المضطربين نفسياً يعانون من مشكلات متعدده ومحدده، لذا يستوجب التعامل مع كل مشكلة بأسلوب يناسبها بفاعلية بغض النظر عن التأصيل والإنتماء النظرى لها.

تفرض فردية الفرد وأن ما يناسب فرداً من فنيات وليس بالضرورة يناسب أخر لنفس المشكلة التشخيصية، لذلك يتبع هذا الأسلوب العلاجى عند تشخيص الإضطراب وعلاجه أسلوب تقييم الشخصية بإستخدام المقابله ووسائل القياس الأخرى تبعاً لجوانب رئيسية سبعة لخصها لازاروس وهذه الجوانب مجتمعه فى هذه الحروف (Basic- ID) التى هى عبارة عن :

١- السلوك Behavior :- يشمل سلوك الفرد الظاهر

٢- الوجدان Affect:- يشمل مشاعره وإنفعالاته من غضب وفرح وقلق ......الخ.

٣- الإحساس Sensation:- وهى الأحاسيس النفسية والعضوية مثل التعرق والدوخة والتوتر....الخ.

٤- التخيل Imagery:- يشمل تخيلات الفرد وتوقعاته والإتجاهات السلبية عن الذات التى تسبب إضطرابه.

٥- المعرفة Cognition:- وتشمل الأراء والمعتقدات التى يؤمن بها الفرد .

٦- العلاقات الشخصيه Personal Relationships:– وتشمل أنماط العلاقه مع أفراد الأسرة والزملاء والآخرين.

٧-العقاقير والنواحى البيولوجية Drugs :- وهى العقاقير التى يتناولها المسترشد.

- تفترض هذه النظرية أنه يجب ترتيب الأبعاد السبعة السابقة حسب حالة المسترشد،فمثلاً الشخص الذى يشكو بشكل رئيسى من إضطرابات وجدانية "إكتئاب" Aأدت إلى إضطراب علاقاته الإجتماعية ثم اضطراب فى سلوكه B، ونتج عن ذلك ضعف الشهيه ونقص الوزن، ولا يعانى هذا الشخص من إضطراب الأبعاد الأخرى عندئذ يمكن ترتيب الأبعاد على النحو التالى A B I Dثم نضع العلاج المناسب لهذه الحاله .

يوضح بيوثر (Beuther.et al.,2006,30)أنه قد اشتهر نموذج لازورس الذى يقدم تصوراً لحل المشكلة قبل وأثناء وبعد العمل معها ، من خلال مصطلحاته التى اشتهرت بنموذج (Basic- ID) يحدد Beuther وآخرون ٢٠٠٦ مبادئ وأسس الإرشاد الإنتقائى:

١. السعى إلى تحديد السمات الخاصه بالمسترشد وحالاته وأبعاد مشكلته حتى يمكن تشكيل الإستراتيجية الإرشادية المناسبة اللازمه للتغيير والتحسين ودمجها مع أسلوب علاقة المرشد بالمسترشد.
٢. الكشف عن المعتقدات الخاصة بالمرشد.
٣. الإعتماد على مبادئ تعديل وتغيير السلوك التى تؤثر على النماذج والنظريات الإرشادية بدرجة متكافئة.

٥-أهداف الإرشاد الإنتقائى :

لكل نظرية من نظريات النفسية أهدافها الخاصة بها ، وكذلك فنياتها وإستراتيجيتها التى تراها مناسبة لتحقيق أهدافها ، والإرشاد الإنتقائى كذلك له أهداف يسعى إلى تحقيقها ، وترى الباحثة أن هدف الإرشاد الإنتقائى تحقيق أقصى درجات الصحة النفسية .

أشارا كلاً من صالح أبو عباده وعبد الحميد نيازى(٢٠٠١، ٩١) أن على المرشد المستخدم لهذه الطريقة العمل على مساعدة مسترشديه لتحقيق وإنجاز أهدافهم الخاصة ، ومساعدتهم للإنطلاق من مستوى خبراتهم وأدائهم الحالى إلى مستوى أعلى منه، وذلك بإيجاد الوسائل المناسبة لذلك.

وذكر سعيد العزة وجودت عبد الهادى(٢٠٠٠، ٢١١) أهدافاً للإرشاد الإنتقائى كما يراها هارت فى البحث عن النمو ، وإن التركيز منصب على إيجابيات وسلبيات الشخصية ، أن يتم العمل من أجل تفوق العناصر الإيجابية على السلبية فى الإرشاد والعلاج ، والتركيز على تنمية اللياقة النفسية لدى الأشخاص، وأن هذه التنمية ترتكز على خمس فرضيات سماها هارت وهى:

1. **إن التدريب النفسى للذات (الشخصية) ضرورى للوصول إلى اللياقة النفسية.**
2. **يجب أن تتغير الشخصية وتنمو مع حياة الفرد.**
3. **إن التغيير الإيجابى فى الشخصية يتحقق من خلال التركيز على تعزيز مواطن القوة فى النفس، ومعالجة مواطن الضعف.**
4. **إن اللياقة النفسية تتطلب إنخراطاً وتكيفاً فى الحياة الإجتماعيه فى البيئة المحيطه.**
5. **إن فترات التدريب النفسى المخططة تعمل على تعزيز الأحاسيس الإيجابية والتقليل من العواطف والأحاسيس السلبية عند الشخص.**

فقد ذكر نيكولاس(Nichols,2001,293) أن الإرشاد الإنتقائى يهدف إلى مساعدة الفرد على نمو المهارات الإجتماعية والسلوكيات التكيفية مقارنة بالسلوكيات اللاتكيفية، وتعزيز التفاعل الأسرى، والتعزيز المميز للسلوك المستحسن والمرغوب فيه،وتغيير السلوكيات القديمة واستبدالها بالسلوكيات الجديدة، وإحلال الاستبصارات الجديدة بالمشكلة محل المعتقدات القديمة،وتوليد الدافعيه الزائدة لتجريب السلوكيات الجديدة.

٦-مراحل العملية الإرشادية فى الإتجاه الإنتقائى:

اتفق كلاً من (صالح الدهراوى ،٢٠٠٥- محمد عبد التواب أبو النور ،٢٠٠٠- Capuzzi,2000)على مراحل العملية الإرشادية فى الإتجاه الإنتقائى لديها عدد من الأسس ، وقد تم الإتفاق بين عدد من الباحثين فى هذا الإتجاه على تحديد عدد من المراحل للعملية الإرشادية فى الإتجاه الإنتقائى وتقسيمها إلى ستة مراحل وهى :

1. **المرحلة الأولى: مرحلة الإكتشاف للمشكلة: وهى مرحلة التهيئة والإستعداد للعملية الإرشادية وتكوين علاقة مهنية لكسب الثقة وكسر الجمود بين المرشد والمسترشد ، لإشعاره بالأمن اللازم لزيادة الفاعلية من خلال التواصل اللفظى وغير اللفظى ، والإستماع والتعاطف مع مشكلة المسترشد طالب الخدمة.**

٢. **المرحلة الثانية: مرحلة تعريف المشكلة ثنائية الأبعاد : ويتم فيها تحديد المشكلة وتحديدها وإستبصار المسترشد بها من جميع جوانبها، وذلك بتوظيف مهارات المرشد فى اختيار الفنيات المناسبة لذلك ، وهذه المرحلة ذات أساس نظرى يتبع نظرية الذات لروجرز.**
٣. **المرحلة الثالثة :مرحلة تحديد البدائل : وفيها يتم مساعدة المسترشد فى وضع عدد من الحلول البديلة لإختيار أنسب الحلول التى تناسب حل المشكله والقابلة للتطبيق، وهذه المرحلة ذات أساس نظرى يتبع الإرشاد الواقعى والتحليلى والمعرفى والإنسانى والسلوكى.**
٤. **المرحلة الرابعة :مرحلة التخطيط: ويتم فيها مساعدة المسترشد لوضع خطة لتنفيذ الحل الذى اختاره ومن بين البدائل الموضوعة ،ويراعى فيها الواقعية وقابلية التنفيذ وفقاً فنيات مختاره بتركيز وإقتناع ، وهذه المرحلة ذات أساس نظرى يتبع الواقعية والتحليلية والمعرفية والسلوكية وكذلك الإنسانية.**
٥. **المرحلة الخامسة: مرحلة التنفيذ : ويتم فيها تنفيذ الخطة المعدة فى المرحلة الرابعة مع مراعاة المتابعه والتشجيع وترابط وفاعلية الفنيات المستخدمه، وهذه المرحله ذات أساس نظرى يتبع كلاً من الواقعية والتحليلية والإنسانية والسلوكية كذا المعرفية.**
٦. **المرحلة السادسة: مرحلة التقييم والتغذية الرجعية : ويتم فيها تقييم مدى تحقيق الأهداف المخطط لها ويتم ذلك بأدوات تقييم موجودة فى الخطة من خلال إحساس المسترشد بالتحسن الذى طرأ على حالته .**

نستنتج الباحثة من الخطوات السابقة أن مراحل العملية الإرشادية فى الإتجاه الإنتقائى مراحل متشابكة يستوجب على المرشد الأخذ بها والتدريب عليها وإنتقاء الفنيات المناسبة لحل المشكلة ليتمكن من تقديم الخدمة بكفاءة عالية.

٧- النظريات الإرشادية:

النظريات الإرشادية التى إعتمدت عليها الباحثة :

١-النظرية السلوكية:

النظرية السلوكية تقول أن الفرد فى نموه يكتسب السلوك (السوى أو المرضى) عن طريق عملية التعلم، تهتم النظرية السلوكية بشخصية الفرد التى تعتبر تكوينها من مجموعة منظمة ومركبة من العادات والأساليب السلوكية المتعلمة ويتم إكتسابها عن طريق التعلم والمحاكاه خلال حياه الفرد من خلال تفاعلة مع البيئة والمجتمع.

أشار كلاً من ابراهيم عبد الستار ،عبد الله عسكر(٢٠٠٥، ٢٤٣:٢٤٢) أن كلاً من جولد فرايد ودافيزون Gold fried &Davisonيريان أن العلاج السلوكى لا يرتبط نظرياً بمبادئ التعليم فحسب، بل بالمنهج التجريبى أيضا ، ولهذا فإن المسلمة الرئيسية للعلاج السلوكى ترى أن المشكلات السلوكية التى نراها فى الميادين الإكلينيكية يمكن فهمها فى ضوء تلك المبادئ التى تعتمد على التجريب العلمى بشكل عام.

يشير حامد عبد السلام زهران(ب)(٢٠٠٥، ٢٣٧:٢٣٥) إلى أن مصطلح العلاج السلوكى إلى أسلوب علاجى يستخدم مبادئ وقوانين السلوك ونظريات التعلم فى العلاج النفسى.

ويمكن تقسيم السلوك لإنسانى إلى نوعين منه ما هو واضح مثل الحركات العضليه والكلام ومنها ما هو ذاتى لا يلاحظه إلا الشخص نفسه مثل التفكير والإنفعالات.

ويرى السلوكيون أن الإضطرابات والإنحرافات السلوكية للفرد هى عبارة عن عادات تم تعلمها من خلال البيئه المحيطه بالفرد ولكن بصوره خاطئة ، وهذه العادات تم تعلمها لتخفيف القلق والتوتر لدى الفرد أى أنها إرتباط شرطى ويجئ العلاج والإرشاد السلوكى ليطفئ هذا الإرتباط الشرطى ليحل محل السلوك غير المرغوب فيه بسلوك إيجابى مرغوب فيه، ويتم أيضاً تغيير السلوكيات غير المرغوب فيها عن طريق المرور بخبرات جديده ومرغوبه غير الخبرات التى مر بها الفرد التى نتج عنها هذا السلوك غير المرغوب .

ويمكن أن يكون الطالب إكتسب بعض السلوكيات غير المرغوبه خلال حياته مما يدفع الباحثة إلى إستخدام فنيات النظرية السلوكية .

وضح حامد عبد السلام زهران(ب)(٢٠٠٥، ٢٤٧)أنه يمكن إيجاز أهم خصائص الإطار النظرى للعلاج السلوكى فيما يلى :

- معظم سلوك الإنسان متعلم ومكتسب، والسلوك المضطرب (سواء كان عصاباً أو ذهاناً) متعلم ومكتسب.
- السلوك المضطرب المتعلم لا يختلف – من حيث المبادئ- عن السلوك العادى المتعلم،إلا أن السلوك المضطرب غير ملائم أو غير متوافق.
- السلوك المضطرب يكتسب نتيجة للتعرض المتكرر للخبرات التى تؤدى إليه، ومن ثم يحدث إرتباط شرطى بين هذه الخبرات وبين السلوك المضطرب.

- العناصر السلوكية المضطربة تمثل نسبة قليلة أو كثيرة من السلوك الكلى للفرد، وهذا يعتمد على دوام وشدة الخبرات التى تؤدى إليها.
- زملة الأعراض النفسيه ينظر إليها كتجميع لعادات سلوكيه خاطئة متعلمة.
- السلوك المرضى المتعلم يمكن تعديلة إلى سلوك سوى.
- يوجد لدى الفرد دوافع فسيولوجية أولية هى الأصل والأساس فى سلوك الإنسان. وعن طريق التعلم يكتسب الفرد دوافع جديدة ثانوية إجتماعية فى جملتها تمثل أهم حاجاته النفسية، وقد يكون تعلم هذه الدوافع غير سوى ويرتبط بأساليب غير توافقيه فى إشباعها ومن ثم يحتاج إلى تعلم جديد أكثر توافقاً،ويتم ذلك عن طريق العلاج السلوكى.

ومن إجراءات العملية العلاجية السلوكية كما يوضحها حامد عبد السلام زهران(ب) (٢٠٠٥، ٢٤٢):

١. تحديد السلوك المطلوب تعديلة أو تغيره.
٢. تحديد الظروف التى يحدث فيها السلوك المضطرب.
٣. تحديد العوامل المسئولة عن استمرار السلوك المضطرب.
٤. إختيار الظروف التى يمكن تعديلها أو تغييرها.
٥. إعداد جدول لإعادة التدريب.
٦. تعديل الظروف السابقة للسلوك المضطرب.
٧. تعديل الظروف البيئية.

وينتهى العلاج عند النقطة التى يتم فيها الوصول إلى السلوك المعدل السوى المنشود.

ب-نظرية العلاج العقلانى الإنفعالى السلوكى:

يعتبر ألبرت أليس **Albert Alies** مؤسس وجهة النظر القائمة على العلاج العقلانى الانفعالى السلوكى، الذى يقول من خلاله أن الفرد يحتفظ بأفكار لا عقلانية عبر منظومة من الأفكار والألفاظ التى خزنت فى منظومه التفكير الخاصه ويعتمد عليها بطريقه مستمره فى تعزيز التصورات غير المنطقية ، والفكرة الأساسية فى العلاج العقلانى الإنفعالى أن الأفكار اللاعقلانية عند الفرد هى المسئولة عن إضطراب السلوك ، ولذلك يوصى" أليس" بتحديد الأفكار اللاعقلانية عند الفرد حتى يتمكن المعالج من مساعدة الفرد وتغيير هذه الأفكار إلى أفكار عقلانية.

ويتم هذا عن طريق جعل المسترشد بتقبل ذاته كما هى فى بداية العملية الإرشادية ، ثم تغيير رؤيته لها بعد تغيير أفكاره عنها.

ويتفق المعالجون رغم إختلاف إتجاهاتهم أن الإنفعالات النفسية يصعب تفريقها أو عزلها عن الطريقة التى يفكر بها المريض ، فتفكير الإنسان وإنفعاله يحدث فى أن واحد ولكن اختلفوا حول من يسبق من التفكير أم الانفعال.

يذكر (Bank,2006:34) أن الباحثون الحاليون يصفون العلاج العقلانى الإنفعالى بأنه الصفه الأكثر شمولاً والأكثر فاعليه للتدخلات المعرفية السلوكية.

قال مصطفى خليل الشرقاوى(٢٠٠٠، ١٧٤:١٧٣) أن أليس عبر عن وجهة نظريته فى العلاج العقلانى الإنفعالى السلوكى ، أن السلوك ناتج عن الإعتقادات وأن العلاج يركز على الكشف عن الأخطاء التى تغلف أسلوب حياة المريض ، وتزويده بالإستبصار والتوجيه المطلوب، ومعنى ذلك أن الأحداث المنشطه لا تسبب العواقب الانفعاليه لكن الذى يسببها هو نظام إعتقادات الفرد غير العقلانيه وهذه يجب تعديلها وتغيرها عن طريق الدحض.

أهداف العلاج العقلانى- الانفعالى السلوكى:

وضح حامد عبد السلام زهران(ب)(٢٠٠٥، ٣٧١)يهدف العلاج العقلانى الإنفعالى إلى تحقيق ما يلى:

١. مساعدة المريض فى تعرف أفكاره غير العقلانيه التى تسبب ردود فعل غير مناسبة لديه نحو العالم.
٢. حث المريض على الشك والإعتراض على أفكاره غير العقلانية.
٣. محاربة الأفكار والمعتقدات غير العقلانية والخاطئة لدى المريض.
٤. التخلص من الأفكار والمعتقدات غير العقلانية بالإقناع العقلى المنطقى،وإعادة تنظيم نظام المعتقدات لدى المريض.
٥. إزالة أو تقليل النتائج الإنفعالية غير العقلانية لدى المريض، وبصفة خاصة، تقليل القلق (لوم الذات)وتقليل العدوان أو الغضب(لوم الآخرين والظروف).
٦. تحقيق المرونه والإنفتاح الفكرى وتقبل التغيير، وإعادة المريض إلى التفكير العلمى والتحكم فى إنفعالاته وسلوكه عقلانياً.

تشير الباحثه أن المرحلة العمرية التى يتناولها هذا البحث هى مرحلة الثانوية أى مرحلة المراهقة وهى أخطر مرحلة يمر بها الفرد فى حياته حيث التقلبات المزاجية والتغيرات الجسمية ففى هذه المرحلة يتم سيطره أفكار لا عقلانية على الفرد فيتم تشوه الجانب المعرفى له ، أما الجانب الإنفعالى والسلوكى فهذه الأفكار السلبية والأفكاراللاعقلانية تؤثر تأثير سلبى على تفاعلة مع الأخرين ومع نفسه ، فهذه النظريه تساعده على تغيير جانبه المعرفى وتحول الأفكارالسلبية إلى أفكار حقيقية واقعية وإيجابية أيضاً مما يؤثر على جانبة الإنفعالى والسلوكى.

ومن مبررات إستخدام فنيات وآليات الإرشاد العقلانى الإنفعالى السلوكى من وجهة نظر أليس كما ذكرها (حامد عبد السلام زهران(٢٠٠٥، ٣٩٦-٣٩٧)وأهم هذه المبررات:

- الإرشاد العقلانى الإنفعالى السلوكى إرشاد موجه يستخدم لمساعدة العميل على تصحيح معتقداته غير العقلانية، التى يصحبها خلل إنفعالى وإضطراب سلوكى إلى معتقدات عقلانية يصحبها ضبط إنفعالى وسلوك سوى، حيث ينقل العميل من اللامعقول واللامنطق إلى المنطق والواقع والمعقول، بإستخدام الحجج والبراهين المنطقية وهكذا يتم إستبصار العميل بعدم منطقية الأفكار والمعتقدات وعلاقة ذلك بضطرابه السلوكى.
- بناء وتبنى أفكار ومعتقدات جديدة منطقية ومعقولة وفلسفة جديدة للحياة، أساسها السلوك السوى المتوافق مع الواقع ، وهذا الآثر الحسن لهذا الأسلوب الذى يؤدى إلى الصحة النفسية يترك الحرية للعميل لتقبل ما يتبناه من أفكار مع معتقدات وتطبيقها، وهكذا نرى كما يقول أليس أن أسلوب العلاج العقلانى الإنفعالى السلوكى إرشاد معرفى سلوكى يؤدى إلى عقلنة العاطفة.

وذكرعادل عبد الله محمد(٢٠٠٠) أن هناك أساليب لدحض الأفكار والأعتقادات اللاعقلانية ومن هذه الأساليب:

- الدحض فى وجود المثير ، أى استدعاء المثير الذى يسبب الإضطراب ويطلب منه رسم صورة مغايرة لذلك المثير.
- الأساليب التخيلية، يتخيل المريض خلالها أنه يقوم بفعل الشئ الذى يخشاه فتكون النتيجة مشجعة على حضور وخوض مثل هذه المواقف وعدم تجنبها.
- التخيل إلى حد المبالغة ،يتعلق هذا الأسلوب بنفس فكرة الأسلوب السابق.

- السيكودراما:

المحلل النفسى الأمريكى يعقوب مورينو(Morino) أستطاع أن يطور منهجاً فى العلاج النفسى هو السيكو دراما أو الدراما النفسية وهى عبارة عن شكل من أشكال العلاج النفسى التى يستخدم فيها التمثيل لمعاونة المريض لحل مشكلاته، عن طريق تمثيل المريض المشاكل أو المواقف التى تسبب إضطرابه ، ولذلك تعتبر السيكودراما أحد أهم طرق العلاج النفسى الجماعى .

وهى المزج بين الدراما كنوع من أنواع الفنون وعلم النفس كأحد العلوم التى تتعامل مع تشريح النفس البشرية نجده متمثلاً فى السيكودراما ، وهى نوع من أنواع العلاج النفسى ولكن بطريقة مبتكرة حيث تكمن وظيفتها الأساسية فى تفريغ إنفعالات الفرد ومشاعرة الدفينة من خلال تمثيل أدوار لها علاقة بالمواقف التى حدثت له فى الماضى أو التى تحدث فى الحاضر أو التى قد ستحدث له فى المستقبل حيث توافر العلامات التى تنذر بحدوثها،ليتحقق له الشفاء من أى صراع نفسى يدور بداخلة.

ومؤسس السيكودراما هو الطبيب "جاكوب ليفى مورينو" " What Is " -Psychodrama.org.uk " Psychodrama

قال سعيد حسنى العزة(٢٠٠١، ٤١٢-٤١٨) أن فكرة السيكودراما فى أن يشارك المسترشد خلال التمثيل أداة موقف من مواقف الحياة، حيث يقوم بتمثيل دورة أمام المعالج وغيره من المشاهدين، ومن خلال العرض يكشف مشاعره وعلاقاته وإنفعالاته ووجهه نظره فى العلاقات الاجتماعية القائمة بينه وبين غيره من الافراد.

ذكرعبد الله محمود سليمان(١٩٩٩، ١٧٢) أن السيكودراما هى شكل من أشكال العلاج النفسى الجماعى، يقوم على مسلمة مؤداها أن تمثيل الدور يتيح للشخص أن يعبر عن الإنفعالات التى تغشاه، وأن يواجه الصراعات العميقة فى بيئة محميه نسبياً فى المرحله العلاجيه .

وأن للسيكودراما بعض الخصوصية فى الأداء وهى:

- تلقائية الأداء.
- تستخدم التمثيل كوسيلة أدائيه.
- ينصب العلاج فيها على الفرد وله حرية توجية هذا العلاج وقد يستعان على تحقيق ذلك بعض الأدوات .

● وترى الباحثة أن السيكودراما هى عبارة عن مسرح للأحداث الماضية التى عايشها الطالب أو المخاوف التى يغشاها وهى سبباً للمشكلات النفسية التى يعيشها فى الحاضر، وبإستخدام السيكودراما تكون سبباً فى تحقيق التوافق فى الحاضر والمستقبل.

وضح سامى محمد ملحم(٢٠٠٧، ٢٩٤) بعض مميزات السيكودراما وهى:

- **حرية السلوك لدى الممثلين وتلقائيتهم.**
- **تتيح التداعى الحر والتنفيس الإنفعالى حين تكون لهم الحرية المطلقة للتعبير عن دوافعهم وإتجهاتهم وإحباطاتهم وصراعاتهم، الأشخاص أو الاماكن التى لها ذكريات سلبية بداخلهم وتسبب لهم الألم والضيق.**
- **يؤدى إلى تحقيق التوافق والتفاعل الإجتماعى السليم والتعلم من الخبرة الإجتماعيه.**
- **يرى فيه عدد من المنظريين إبتكاراً من أهم الإبتكارات الثوريه فى الإرشاد والعلاج النفسى.**
- **يكشف التمثيل للمرشد عن جوانب هامه من شخصية المسترشد، ودوافعة وصراعاته وحاجاته ودفاعاته ومشاعره ، مما يزيد من فهم الحالة.**
- **يدور موضوع قصة التمثيل المسرحى عادة حول خبرات المسترشد الماضية والحاضرة والمستقبلية، ومواقف أخرى متخيلة وغير واقعية، يمثلها المسترشد هذا يساعد فى حل الصراع ، وتحقيق التوافق النفسى له.**
- **توفر السيكودراما بيئة إرشادية جماعية منظمة ، تتيح للمشاركين مساحة من حرية التعبير عن مشكلاتهم، فى مشاهد تمثيلية وبتعبير حر تلقائى عن الصراعات الدفينة بداخلهم، وتدور حول خبراتهم وماضيهم ومعاناتهم وهمومهم وآمالهم ، مما يؤدى لتعديل السلوك الحقيقى المستهدف .**
- **ذكر أحمد محمد الزعبى(٢٠٠٢، ٢٢٨)على أن المهم فى هذا الأسلوب هو إندماج المسترشدين بشكل تام كامل فى المشاهد التمثيلية، بحيث يكون سلوكهم معبراً عن أفكارهم الحقيقية بتلقائية وحرية كاملة، وبعد الإنتهاء من التمثيل يبدأ الممثليين (المسترشدون) والمتفرجون(أعضاء الجماعة الإرشادية وأعضاء فريق الإرشاد) فى مناقشة أحداث التمثيلية والتعليق عليها ، ويقوم المرشد النفسى بتفسير ديناميات التمثيلية والتعليق عليها ، ويقوم مظاهر القلق مما من شأنه أن يزيد فى إستبصار المسترشدين بهدف تعديل السلوك فى الحياة العلمية.**

التمثيل المسرحى النفسى(السيكودراما) تمر بثلاث مراحل :

- مرحلة الإعداد ويطلق عليها الإحماء والتسخين لتهيئة الأعضاء.
- مرحلة الإعداد التمثيلى.
- مرحلة المناقشة والتفسير.

وضحت زينب محمود شقير(٢٠٠٥، ٦٦) أن التمثيل المسرحى الدرامى أداة تنفيسية مهمه للتفريغ الأنفعالى لحالات العنف والعدوان فى الطفولة والمراهقة، وهو الأكثر إستخداماً فى هذا المجال لنجاحه فى خفض السلوك العدوانى وخفض سلوك العنف لدى الأطفال والمراهقين.

فى مجال أهميتها أشار أيضاً سليمان رجب أحمد(٢٠٠٧، ٨٨)إلى أن السيكودراما تنمى الخيال والتعاون والمحادثة، وتنمى المهارات اللغوية، وتسهم فى إخراج شحنات الكبت من خلال الأدوار التى يقوم بها المسترشد زيادة على أنها تقوى الثقة بالنفس والتعبير عنها.

تعتبر الباحثة مبرراً استخدام السيكودراما أنها تساعدها فى تشجيع الطلبة للتكلم عما يدور بداخلهم ويؤدى لمزيد من التوافق مع الذات لأن التمثيل يكشف عن سمات شخصيته كدوافعة وإنفعالاته وميكنزماته الدفاعية كالتبرير والإسقاط ، والسيكودراما تساعد فى تغيير وجهة النظر الخاصة وتصحيح لبعض المفاهيم الخاطئة. وقد إعتمدت الباحثة فى البرنامج الإرشادى الإنتقائى على الإرشاد الجماعى لما لهذا الأسلوب من جوانب إقتصادية ونفسية، ففى الجانب الإقتصادى يوفر للمرشد الوقت والجهد ويحل مشكلة كثرة الحالات ،ويساعد على التعليم بدرجة أكبر ويساعد المرشد على أداء إجراءات قد لا يتخذها فى الإرشاد الفردى ، ولذلك يتطلب إستخدام بعض الأساليب المناسبة لطبيعتها ومن الاساليب التى إستخدمتها الباحثة:

توصلت الباحثة إلى أن الإسلوب الإرشادى الإنتقائى إسلوب يمكن أفراد المجموعة الإرشادية من التعرف على إمكانية وقدرة كل فرد فيها، والنظر إلى الذات من زوايا متعددة، وبطرق متنوعة وهذا يساعد كل فرد من أفراد المجموعة الإرشادية من التقييم الذاتى لقدراته وإمكانياته، وبالتالى يصبح أكثر قدرة على تعديل السلوك الذى يصبح أكثر إستبصاراً وتقييماً له، وكذلك للأفكار التى يطرحها أمام المجموعة فيقومون بالنقد والتقييم، وهذا الأسلوب يحقق لعضو المجموعة الإرشادية المشاركة اللفظية والعقلية والجسمية والإجتماعية والإنفعالية ويكون ذلك من خلال تفاعل إيجابى بناء قائم على إحترام الخصوصية ومراعاة المشاعر ،وهذا يعمل على التنفيس عن المكبوتات وتفريغاً للمشاعر والإنفعالات ،ويجعل الفرد يشعر بأهميته ويثق بقدراته وبالأخرين، مما يساعد الفرد على النمو الإنفعالى والعاطفى والنفسى المتوازن، فينعكس ذلك على سلوكه وإنخراطه فى جميع نواحى الحياة بشكل أكثر توازن وإيجابية.

الفنيات التى استخدمتها الباحثة فى البرنامج الإرشادى الإنتقائى:

أ- **الإسترخاء:**

أشار رأفت السيد(٢٠٠٦، ١٠٩) المتتبع للبرامج الإرشاديه على إختلاف منطلقاتها النظرية يلاحظ أن الإسترخاء فنية إرشادية شائعة الإستخدام لفعاليتها وإرتباطها بالعديد من الفنيات الأخرى كالتحصين التدريجى والضبط الذاتى ولعب الدور. كما أن إستخدام فنية الإسترخاء لا يقتصر فقط على المعالجة الإرشادية بل يمكن إستخدامه وبفعاليه فى المعالجه الوقائية والنمائية." ونظراً لشيوع إستخدام أسلوب الإسترخاء أطلقت عليه الأوساط العلمية مسمى أسبرين الطب السلوكى".

ب- **التعزيز:**

عرفها بطرس حافظ بطرس(٢٠٠٨، ١٧٠)هو فنية من فنيات تعديل السلوك تتلخص فى تقديم إثابة للمسترشد بعد أداءه للسلوك المرغوب مباشرة. أن " التعزيز من أكثر فنيات العلاج السلوكى إستخداماً وخاصة فى المجال المدرسى والتربوى وتتلخص طريقتة فى تقديم مكافأت أو معززات رمزية أو تعزيز معنوى بهدف تقوية السلوكيات لدى المسترشد".

ج- **الواجبات المنزلية:**

عرفها محمد أحمد سعفان(٢٠٠٣، ٤١٥)بأنها هى" مجموعة من المهارات والأنماط السلوكية فى صورة تعيينات، يتم تحديدها عقب كل جلسة فى ضوء أهداف الجلسة، ويكلف المسترشد بتنفيذها فى المنزل أو فى العمل بعد التدريب عليها فى الجلسة الإرشادية، وتصمم هذه الواجبات فى شكل متتابع بحيث يتم تنفيذها على مراحل ، وهى تبدأ من البسيط إلى المعقد ومن المعارف إلى الأفعال".

ويذكر أيضاً(ديفيد باول،٢٠٠٢، ٦٠٩) أن الواجبات المنزلية تعد من الفنيات السلوكية المنتظمه وهى أمر شديد الأهمية فى العلاج المعرفى،فعندما يستخدم العميل بشكل منتظم ما تعلموه خلال الجلسات العلاجية يكون هناك إحتمال أكبر أن يحققوا تقدماً ملموسا فى عملية العلاج، وأن التكليف بواجبات منزلية يقوم بها العملاء هى الوسيلة المناسبة لجمع البيانات، وإختبار الفروض، وبالتالى يبدأون فى تعديل أفكارهم ومخططاتهم.

د- المحاضرة والمناقشة:

المحاضرة والمناقشة أسلوبان تربويان يهدفان إلى تزويد أفراد العينة بالمعلومات الكافية عن إضطراباتهم وإتجاهاتهم وطريقة تفكيرهم .

وهو أسلوب إرشادى جماعى واسع الإنتشار ويعتبر الأكثر والأوسع إستخداماً والأوضح تأثيراً ، لأنه يصبغ بصبغة علمية تعليمية ، وللإرشاد دور تعليمى رئيسى وهنا يجئ أهمية هذا الأسلوب ، من خلال تقديم معلومات جديدة للمسترشد أو توضيح مفهوم غير واضح أو إستثارة دوافع كامنة أو تنظيم أفكار غير منظمة وربط الأحداث أو تبصير بقدرة كامنة داخل الفرد وتصحيح فكرة.

ويتم هذا الإسلوب بتقديم معلومات من خلال إلقاء محاضرة محددة الهدف واضحة المحتوى يقوم قائد الجلسة بإلقائها من خلال عبارات سهلة وبسيطة تناسب المستوى الفكرى والعمرى للمجموعة وتكون من خلال تفاعل إيجابى بناء ومشاركة تبادلية بين أفراد المجموعة والمرشد يسودة الحوار والمناقشة وتبادل المعلومات بأسلوب مقنع وذلك لتحقيق الأهداف الخاصة بالبرنامج مثل تغيير الأفكار والإتجاهات وإكساب المعلومات التى تؤثر فى سلوك المسترشدين ، كما يمكن أن يستعين المرشد بمتخصص بموضوع الجلسة المستهدفة كقائد لها.

أن مواضيع المحاضرة والمناقشة متعددة ومتنوعة وتأخذ أشكالاً متعددة ، ويجب أن يكون المسترشد واعياً لأهداف الجلسة أو موضوع الجلسة لأنة ممكن مع المناقشة وكثرة أسئلة المسترشدين تذهب الجلسة بعيداً عن موضوع الجلسة والهدف منها ،وفى الإرشاد الجماعى تضم مجموعة مسترشدين تجمعهم مشاكل مشتركة يتم طرحها بينهم وتتعدد الأدوار ما بين(محاور- مستمع- معلق – معترض – مقتنع- مؤيد أو معارض) وتتبادل الأدوار بينهم أيضاً من أشهر الرواد الذين أستخدموا هذا الأسلوب (المحاضرة والمناقشة) كل من: ماكسويل جونز، كلابمان ،كيرت ليفين، كوش فرينش.

و-المناقشات الجماعية:

ذكر سالم المفرجى(٢٠١٥، ٤٢)أنه يؤكد (حامد زهران، ١٩٨٠) بأن أسلوب المحاضرات والمناقشات الجماعية يؤدى إلى نتائج هامة فى تعديل إتجاهات العملاء (المسترشدين) نحو أنفسهم والأخرين ومشكلاتهم، يعتبر هذا الأسلوب من الأساليب التى تزود المجموعة الإرشادية بأجواء نفسية وإجتماعية صحية يعبرون من خلالها عن ذواتهم ويستشعرون بأهميتهم وقيمة ما يقدمونه فيزداد شعورهم بالمسئولية وقدراتهم على التواصل الإيجابى مع الأخرين.

يوجد بعض المتخصصين يفصلوا بين المحاضرة والمناقشة الجماعية إلا أن فى الإرشاد الجماعى يفضل المزج بينهم لتحقيق أهداف الإرشاد النفسى وحتى لا يتسم هذا الأسلوب بالسلبية واللامبالاة والملل بين المسترشدين .

قال هادى مشعان ربيع(٢٠٠٥، ٣٢) عادة ما تؤدى هذه المناقشات إلى أفضل النتائج فى تغيير إتجاهات المسترشدين إتجاه أنفسهم ونحو زملائهم والناس والآخرين ، وكما تتغير نظراتهم إلى طبيعة مشكلاتهم.

وتشير الباحثه إلى أن الطلاب فى مرحلة المراهقه يحتاجون إلى من يستمع إليهم ليعبروا عما بداخلهم والمناقشات الجماعية تفى بهذا الغرض ، وأسلوب المحاضرة والمناقشة يستخدمان بشكل واسع فى الإرشاد الانتقائى .

ج- التغذية الراجعة:

أشار محمد أحمد سعفان(٢٠٠٣، ٤١٥)إلى أن الناس بطبيعتهم لديهم رغبة فى قياس أنفسهم طبقاً لمستويات أخرى مختلفة ، فإن التغذية الراجعة تحقق هذا الهدف ، وتعرف بأنها" طريقة تزود بها الشخص (الذى هو فى حاجة لمعرفة رد فعل أقواله وأفعاله على نفسه وعلى الأخرين) بالمعلومات الكافية المتصلة بشخصيته ومرضه، ومن خلال هذه المعلومات يمكن تقييم السلوك السابق المطلوب تعديلة وتقييم محاولات الشخص فى تحقيق هذا التعديل وتقييم السلوك الجديد المُعدل بناء على التقييم السابق.

م- النمذجة:

قال محمد أحمد سعفان(٢٠٠٣، ٤١٦) أنه يعتبر التعلم بالملاحظة لدى ألبرت باندورا(الذى تنتسب إليه هذه الفنية) أحد مكونات نظريته فى التعلم الإجتماعى، ويتم تعلم الإستجابه فى ضوء هذه الفنيه من خلال ملاحظة سلوك الأخرين، وتستخدم النمذجة فى الإرشاد والعلاج النفسى لتحقيق غرضيين هما:

ا- زيادة السلوك المرغوب.

ب- إنقاص السلوك الغير مرغوب.

عرفها (Chen&Zvieki,2013,122) أنها قدرة الفرد على تكرار السلوكيات الناجحة للأفراد وهذه العملية تساعد على نقل المهارة، وتساعد النمذجة على تعلم سلوك جديد أو الإقلال من سلوك غير مرغوب فيه، كما أنها زادت فاعلية فى عرض السلوك الإنسانى المعقد ، ويمكن إستخدامها فى العلاج الفردى أو الجماعى.

وذكر أورمرد (Ormord,2002,116) أن النمذجة ترتكزعلى عدة مبادئ هى:

١. يستطيع الأفراد التعلم من خلال ملاحظة سلوك الأخرين ،ونواتج هذه السلوكيات.

٢. تلعب نواتج السلوك دوراً هاماً فى التعلم.

٣. تلعب العمليات المعرفية دوراً رئيسياً فى التعلم.

و- الإقناع:

وضح محمد سعفان (٦٣,٢٠٠٧) أنهاهى فنيه معرفية وتستخدم للتأثير فى المسترشد، ويحتاج الإقناع إلى ممارسة المنطق أى ممارسة قوانين التفكير. والهدف من إستخدام هذه الفنية تعليم المسترشد ممارسة المنطق فى الجلسة الإرشادية ثم ممارستة خارج الجلسة.

هـ . لعب الدور:

أشار بيك(Beck,et al. 2004,258) أن فنية لعب الأدوار مهمه فى الإرشاد الجماعى لأنها تعزز المشاركة العاطفية للأخرين، وفهم حدودهم، ويمكن بها تقليل ردود الأفعال الإنفعاليه المبالغ فيها تجاه مواقف النقد أو تجاه الإحباطات بإستخدام إجراءات المقارنة أو إعادة النظر فى البدائل .

وهى من أكثر الأساليب الإرشادية فاعلية حيث تستخدم الأساليب الإسقاطية فى معالجة المشكلة الخاصة بالفرد ، حيث تتم من خلال أسلوب ممسرح باعث على اللعب والفكاهة والمرح وهى تعلم كثير من القيم والصفات المرغوب بها.

دراسات سابقة:

دراسات سابقة خاصة بالمداخل الإرشادية العلاجية لتنمية الذكاء الروحى:

- دراسه جرين ونوبل (Nobel &Green,2010):

هدفت هذه الدراسه إلى تعزيز الذكاء الروحى للطلاب الجامعيين من خلال برنامج لدراسة الوعى . أجريت على عينه بلغت (٢٤) طالباً وطالبة كانوا مسجلين فى دوره عن الوعى فى جامعه واشنطن، قسمت العينة إلى مجموعة ضابطة وتجريبية، طبق على المجموعة التجريبية برنامج قائم على تنمية الوعى وإستكشاف القيم الروحية. إنتهت الدراسة إلى أن الطلاب اصبحوا أكثر دراية والتزاما وانفتاحا على الأفكار المتنوعة حول الوعى بالذات والقدرة على التأمل والوعى بتجارب الأخرين والمعتقدات العالمية ومفهوم التدين.

- دراسة شيماء شكرى خاطر (٢٠١٠):

"تنمية الذكاء الوجدانى والروحى لخفض حدة بعض الضغوط النفسية لدى عينة من المعاقين حركيا" وأجريت الدراسة على عينة بلغت (١٦) ذكراً(٨) ذكور مجموعة تجريبية، (٨) مجموعة ضابطة، من المعاقين حركيا بسبب الإعاقة المكتسبة .وإستخدمت مقياساً للذكاء الوجدانى ومقياساً للذكاء الروحى ومقياساً للضغوط النفسية وبرنامجاً لتنمية الذكاء الروحى والوجدانى. انتهت الدراسة إلى فاعلية البرنامج فى تنمية الذكاء الوجدانى والروحى لدى المعاقبن حركياً وخفض الضغوط النفسية لديهم.

- دراسة تغريد مكى أل عيسى(٢٠١٤):

أثر برنامج الأنشطة في تنمية الذكاء الروحي لطالبات أقسام رياض الأطفال.هدف الدراسة الحالية إلى: ١) الكشف عن مستوى الذكاء الروحي لدى طالبات قسم رياض الأطفال. ٢) بناء برنامج مقترح لتنمية الذكاء الروحي لدى طالبات قسم رياض الأطفال. ٣) قياس أثر البرنامج بعد تطبيقه في تنمية الذكاء الروحي لدى طالبات قسم رياض الأطفال. إعتمدت الدراسة المنهج التجريبي، إذ تمّ اختيار عينة بصورة قصدية من قسم رياض الأطفال/ كلية التربية جامعة بغداد تكونت من(٣٦) طالبة بعمر(١٩-٢٤)سنة، تمّ توزيع العينة بالتساوي على مجموعتين ضابطة وتجريبية في كل مجموعة (١٨) طالبة. تحقيقا لأهداف الدراسة أعدّ مقياس للذكاء الروحي وتمّ تطبيقه على أفراد المجموعتين باختبار قبلي واختبار بعدي وتمّ تصميم برنامج للأنشطة المختلفة شمل وسائل متنوعة مقروءة ومسموعة وأعمال يدوية فنية ورياضة اليوغا وغيرها.

إيمان السعيد ابراهيم جميل(٢٠١٤):

تنمية الذكاء الروحى والصمود النفسى لخفض هرمون الكورتيزول لدى طالبات الجامعة.تهدف هذه الدراسة إلى التحقق من فعالية البرنامج الإرشادى لإثراء كل من الذكاء الروحى والصمود النفسى وذلك على عينة من طالبات الجامعة بهدف خفض هرمون الكورتيزول، وتكونت عينة الدراسة من (ن=٨٠) من طالبات الجامعة، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية فى متوسط الرتب للذكاء الروحى ومكوناته بين بين التطبيقين القبلى والبعدى ، يوجد فروق ذات دلاله إحصائية فى متوسط الرتب للصمود النفسى ومكوناته بين التطبيقين القبلى والبعدى،وفروق ذات دلاله إحصائيه فى متوسط الرتب لمستوى الكورتيزول بين التطبيقين القبلى والبعدى،ولا يوجد فروق ذات دلاله إحصائيه فى متوسط الرتب للذكاء الروحى ،الصمود النفسى والكورتيزول بين التطبيقين البعدى والتتبعى ،وهذا يؤكد على فعالية البرنامج فى تنمية الذكاء الروحى والصمود النفسى وخفض هرمون الكورتيزول.

علية عبد الرحمن محمد محمد (٢٠١٤):

أثر برنامج تدريبى للبرمجة اللغوية العصبية فى تنمية الإبداع الإنفعالى والذكاء الروحى لدى عينة من تلاميذ الصف السادس الإبتدائى.هدفت الباحثة إلى التعرف على أثر برنامج تدريبي للبرمجة اللغوية العصبية في تنمية الإبداع الإنفعالي والذكاء الروحي على عينة مكونه من (٨٠) تلميذ وتلميذة ، شملت العينه على مجموعتين تكونت المجموعه التجريبية من (٤٠) تلميذ وتلميذة والضابطة من (٤٠) تلميذ وتلميذة من تلاميذ الصف السادس الإبتدائي ، وكانت أدوات البحث عبارة عن برنامج تدريبي للبرمجة اللغوية العصبية ومقاييس الإبداع الإنفعالي (عبارات) والإبداع الإنفعالي (مواقف) والذكاء الروحي من (إعداد الباحثة) ، وإختبار القدرة العقلية (إعداد فاروق عبد الفتاح)، وأسفرت نتائج البحث على وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في الإبداع الإنفعالي (عبارات) والإبداع الإنفعالي (مواقف) والذكاء الروحي في التطبيقين القبلي والبعدي لصالح متوسط درجات التطبيق البعدي.

- دراسة شيماء عويضة،محمدنزية حمدى(٢٠١٤):

"فاعلية الإرشاد الوجودى فى تحسين الذكاء الروحى والكفاية الذاتية المدركة لدى المصابات بسرطان الثدى فى الأردن"

تكونت العينة من(٢٤) سيدة من المصابات بسرطان الثدى وتم توزيعهم على مجموعتين تجريبية وضابطة ،وأظهرت النتائج أنه توجد فروق ذات دلاله إحصائية على مقياس الذكاء الروحى بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية ،ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الكفاءة الذاتية المدركة بين المجموعة التجريبية والضابطة مما يشير إلى فاعلية البرنامج الإرشادى الوجودى فى تحسين الذكاء الروحى لدى المصابات بسرطان الثدى.

- دراسة مسعد نجاح أبو الديار(٢٠١٥):

هدفت الدراسة إلى إختبار فاعلية برنامج إرشادى فى تنمية الذكاء الروحى وخفض السلوك التنمرى لدى عينة من أطفال المرحلة الإبتدائية، إستخدمت الدراسة المنهج التجريبى ، وتضمنت عينة الدراسة من (٤٠) طفلاً (بواقع ٢٠ من الذكور،٢٠ من الإناث)،وقد أسفرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة فى متوسطات درجات الذكاء الروحى بين التطبيق القبلى والبعدى للعينة التجريبية،كما تبين عدم وجود فروق دالة بين التطبيق البعدى والتتبعى للمجموعة التجريبية ، فضلاً عن وجود فروق دالة فى متوسطات درجات التنمر بين التطبيقين القبلى والبعدى للعينة التجريبية،كما لوحظ عدم وجود فروق داله بين القياسين البعدى والتتبعى للمجموعة التجريبية فى متوسطات درجات التنمر.

دراسة كاور وآخرون (Kaur et al, 2013):

تأثير الذكاء الروحي، الذكاء العاطفي، والملكية النفسية والإرهاق على سلوك الرعاية للممرضات.

جمعت البيانات بين يوليو / تموز وأغسطس / آب ٢٠١١. وأكملت عينة من ٥٥٠ ممرضة في الممارسة العملية من سبعة مستشفيات عامة في كوالا لمبور (ماليزيا) وحولها الإستبيان الذي استولت على خمس منشآت. وإلى جانب الممرضات، شارك ٣٤٨ مريضاً من سبعة مستشفيات في الدراسة وسجلوا رضاهم بشكل عام عن المستشفى والخدمات التي تقدمها الممرضات. تم تحليل البيانات باستخدام النمذجة المعادلة الهيكلية وأسفرت نتائج الدراسة على:

(ا) الذكاء الروحي يؤثر على الذكاء العاطفي والملكية النفسية.

(ب) الذكاء العاطفي يؤثر على الملكية النفسية، الإرهاق وسلوك رعاية الممرضات.

(ج) الملكية النفسية تؤثر على الإرهاق ورعاية سلوك الممرضات.

(د) الملكية النفسية تتوسط العلاقة بين الذكاء الروحي وسلوك الرعاية وبين الذكاء العاطفي وسلوك رعاية الممرضات .

- فاطمه صالح المرتجع(٢٠١٧):

الذكاء الروحي كمدخل لتنمية إستراتيجيات مجابهه أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من أمهات الأطفال الذاتويين.

هدفت الدراسة إلى التحقق من فعالية برنامج إرشادي إنتقائي في تنمية الذكاء الروحي وكفاءته في تنمية إستراتيجيات مجابهة أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من أمهات الأطفال الذاتويين.

وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) أماً من أمهات الأطفال الذاتويين المسجلين بمركز البيضاء للتوحد بدولة ليبيا، وتراوحت أعمارهن ما بين (٣٠-٤٠) سنة، وتم تقسيمهن إلى مجموعتين، الأولى المجموعةالتجريبية(١٠أمهات)،والثانيةالمجموعةالضابطة(١٠أمهات).

وتكونت أدوات الدراسة من مقياس الذكاء الروحي (إعداد الباحثة)، مقياس إستراتيجيات مجابهة أحداث الحياة الضاغطة (إعداد الباحثة)، إستمارة المستوى الإجتماعي والإقتصادي والثقافي (إعداد سامية القطان ١٩٨٢، تعديل الباحثة)، دليل العوامل المؤدية لنشأة إضطراب الذاتوية (إعداد الباحثة)، إستمارة الواجب المنزلي (إعداد الباحثة)، إستمارة تقييم جلسات البرنامج الإنتقائي (إعداد الباحثة)، برنامج تنمية الذكاء الروحي (إعداد الباحثة)، دراسة الحالة. وبعد إجراء الضبط التجريبي وتطبيق البرنامج الذي استغرق شهرين ونصف، وبعد تطبيق المقاييس القبلية والبعدية والتتبعية

تعليق الباحثة على الدراسات السابقة:

تأتى أهمية الدراسات السابقة بإعتبارها هى الأساس التى تبنى عليها الدراسات والبحوث التالية، كما تعتبر المنارة التى يهتدى بها الباحثين فى صياغة فروض دراستهم وتحديد عيناتها وأدواتها ، وتحديد موقع الدراسة الحالية من سابقيها وتحديد مميزاتها والإستفادة منها، وتحديد أوجه القصور ومحاولة تلافيها.

تم إستخدام الذكاء الروحى مع فئة الإحتياجات الخاصة مثل دراسة(شيماء خاطر،٢٠١٠) وإستخدمت الباحثة برنامج إرشادى لتنمية الذكاء الروحى والوجدانى ،وتوصلت الدراسة إلى فاعلية البرنامج فى تنمية الذكاء الوجدانى والروحى لدى المعاقبن حركيا وخفض الضغوط النفسية لديهم، .

بينما إستخدمته دراسات لمعرفة تأثيره على بعض المتغيرات مثل دراسة((Green& ,2010 Nobel)لمعرفة تأثيره على وعى الطلاب وتوصلت الدراسة أن الطلاب اصبحوا أكثر دراية والتزاما وانفتاحا على الأفكار المتنوعة حول الوعى بالذات والقدرة على التأمل والوعى بتجارب الأخرين والمعتقدات العالمية ومفهوم التدين.

بينما أستخدمته بعض الدراسات لمعرفة أثر بعض البرامج عليه مثل :

دراسة (تغريد مكى(٢٠١٤)إستخدمت برنامج الأنشطة لتنمية الذكاء الروحى وتوصلت الدراسة إلى تنمية الذكاء الروحى من خلال البرنامج الإرشادى،ودراسة(هيام قاسم (٢٠١٤)وإستخدمت الباحثة برنامج إرشادى معتمد على نمط ملء الفراغ وأسلوب إعادة البنية المعرفية وأسفرت الدراسة الى أن نمط ملء الفراغ وأسلوب إعادة البنية المعرفية لهما نفس التأثير فى تطوير الذكاء الروحى،ودراسة (ايمان السعيد جميل(٢٠١٤)إستخدمت الباحثة البرنامج الإرشادى لتنمية الذكاء الروحى والصمود النفسى وتوصلت النتائج إلى فاعلية البرنامج لتنمية الذكاء الروحى والصمود النفسى لخفض هرمون الكورتيزول،ودراسة(عليةعبد الرحمن(٢٠١٤)إستخدمت الباحثة برنامج تدريبى للبرمجة اللغوية فى تنمية الإبداع الإنفعالى والذكاء الروحى وتوصلت النتائج إلى فاعلية البرنامج لتنمية الإبداع الإنفعالى والذكاء الروحى ،ودراسة(شيماء عويضة،محمد نزية حمدى(٢٠١٥)إستخدموا الباحثان برنامج إرشاد وجودى لتحسين الذكاء الروحى وأسفرت النتائج إلى فاعلية البرنامج الإرشادى فى تحسين الذكاء الروحى لدى المصابات بسرطان الثدى،ودراسة(مسعد أبو الديار(٢٠١٥) إستخدم الباحث برنامج إرشادى لتنمية الذكاء الروحى وخفض السلوك التنمرى لدى أطفال المرحلة الابتدائية وتوصلت النتائج إلى فاعلية البرنامج الإرشادى، ودراسة(فاطمة صالح (٢٠١٧) إستخدمت الدراسة برنامج إرشادى إنتقائى لتنمية الذكاء الروحى لدى الأمهات الذاتويين.

ثالثاً: فروض الدراسة:

1. **توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الذكاء الروحى (أبعاد- درجة الكلية) فى القياسين القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى.**
2. **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى على مقياس الذكاء الروحى (أبعاد-درجة الكلية).**
3. **توجد فروق دينامية كامنة(شخصية- بيئية) وراء إرتفاع وإنخفاض الدرجة على مقياس الذكاء الروحى.**

المراجـــــــــــــــــــــــع

أولا:المراجع العربية:

١. آمال عبد السميع باظة(٢٠١٣).المراهقون والشباب،القاهرة،الأنجلو المصرية.

٢. آمال عبد السميع باظة(٢٠١٥).إستمارة دراسة الحالة للمراهقين،القاهرة، الأنجلو المصرية.

٤. أحمد عبد الله صبره(٢٠١٥). فعالية برنامج إرشادى إنتقائى لخفض حدة اللجلجة وأثره على الفهم القرائى لدى عينة من تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى، دكتوراه،كلية التربية، جامعة كفر الشيخ،مصر.

٥. أحمد مصطفى الشحات ابراهيم(٢٠١٥). فعالية برنامج إرشادى إنتقائى للحد من إدمان المواد الإباحية فى خفض التحرش الجنسى والإستمناء للمراهقين، ماجستير، كلية التربية ، جامعة الزقازيق،مصر.

٦.أحمد عبد العزيز القادوم(٢٠١٤).فعالية برنامج إرشادى تدريبى لتنمية بعض الوجدانات الموجبة لدى عينة من المراهقين،ماجستير، معهد البحوث والدراسات-جامعة الدول العربية،مصر.

٧. إبراهيم عبد الستار وعبد الله عسكر(٢٠٠٥).العلاج النفسى السلوكى المعرفى الحديث ، أساليبة وميادين تطبيقة ،القاهرة،دار النشر للنشر والتوزيع.

٨.أسامة عبد الحميد حمودة(٢٠١١).فعالية برنامج إرشادى إنتقائى لتخفيف بعض الوجدانات السالبة لدى عينة من أطفال دور الرعاية الإجتماعية،ماجستير،كلية التربية- جامعة كفر الشيخ،مصر.

٩. إيمان السعيد ابراهيم جميل(٢٠١٤): تنمية الذكاء الروحى والصمود النفسى لخفض هرمون الكورتيزول لدى طالبات الجامعة،ماجستير،كلية البنات،جامعة عين شمس،مصر.

١٠. إبراهيم وجيه محمود(١٩٨١).المراهقة خصائصها ومشكلاته،الأسكندرية،دار المعارف الجامعية.

١١. أبو بكر محمد موسى(٢٠٠٢): أزمة الهوية في المراهقة والحاجة إلى الإرشاد النفسي ،القاهرة،مكتبة النهضة المصرية.

١٢. أحمد محمدعبد الخالق (٢٠٠٢). قياس الشخصية، الأسكندرية، دار المعرفة الجامعية.

١٣. أحمد محمد الزعبى(٢٠٠٢). الإرشاد النفسى ، عمان،الأردن، دار زهران للنشر والتوزيع.

١٤. أميره مسعد أبو المكارم(٢٠١٦): الذكاء الروحى وعلاقته بصلابة الشخصية وأبعادها لدى عينة من طلاب الجامعة،ماجستير، كلية التربية- جامعة كفر الشيخ،مصر.

١٥. إيمان عباس الخفاف(٢٠٠٩):الذكاء العاطفى ،بغداد،مكتبة الدار العربية للعلوم.

١٦.إيمان عباس الخفاف وأشواق ناصر(٢٠١٢).الذكاء الروحى لدى طلبة الجامعة،مجلة كلية التربية الأساسية،الجامعة المستنصرية، العراق،مج١٨،ع ٧٥، (٣٧٧- ٤٥٥).

١٦. إيناس محمود لطفى(٢٠١٣). فاعلية برنامج إرشادى إنتقائى لتحسين مهارات التواصل بين الزوجين لدى عينة من المعلمين،ماجستير،كلية التربية، جامعة عين شمس ، مصر.

١٧. بشرى إسماعيل أرنؤوط(٢٠٠٧).الذكاء الروحى وعلاقتة بسمات الشخصية لدى عينات عمرية مختلفة، مجلة كلية التربية،جامعة بنها،ع١٧، (١٢٥- ١٩٠).

١٨. بشرى إسماعيل أرنؤوط(٢٠٠٨).الذكاء الروحى وعلاقته بجودة الحياة، مجلة رابطة التربية الحديثة، القاهرة،مجلد١،ع٢، (٣١٣-٣٨٩).

١٩. بطرس حافظ بطرس(٢٠٠٨). المشكلات النفسية وعلاجها،عمان،الأردن،دار المسيرة للنشر والتوزيع.

٢٠. تغريد مكى أل عيسى(٢٠١٤).أثر برنامج الانشطة في تنمية الذكاء الروحي لطالبات أقسام رياض الأطفال، ماجستير،كلية التربية للبنات، جامعة بغداد، العراق.

٢١. تونى بوذان(٢٠٠٧).قوة الذكاء الروحى،الرياض،مكتبة جرير.

٢٢. جابر عبد الحميد جابر(٢٠٠٣):الذكاءات المتعددة والفهم" تنمية وتعميق"،القاهرة، دار الفكر العربى.

٢٣.جميل حمداوى(٢٠١٠).المراهقة "خصائصها ومشاكلها وحلولها"،المغرب، دارالحصرى.

٢٤. حامد عبد السلام زهران(١٩٨٦).علم نفس النمو"الطفولة والمراهقة"،ط٥،القاهرة، دار المعارف.

٢٥.حامد عبد السلام زهران(٢٠٠٥(ا). الإضطرابات النفسية، القاهرة،عالم الكتب.

٢٦.حامد عبد السلام زهران(٢٠٠٥(ب).الصحة النفسية والعلاج النفسى،ط٤،القاهرة،عالم الكتب.

٢٧.حسام الدين عزب(٢٠٠٢). فعالية برنامج علاجى تكاملى فى التغلب على سلوكيات العنف لدى عينة من المراهقين.أبحاث المؤتمر السنوى التاسع لمركز الإرشاد النفسى، جامعة عين شمس، مج ٢، (١٩٨- ٢٢٣).

٢٨.حنان بنت خلفان بن زايد(٢٠١٣).الذكاء الروحى وعلاقته بدافعية الإنجاز الأكاديمى لدى طلاب وطالبات معهد العلوم الشرعية بسلطنة عمان،ماجستير،كلية العلوم والآداب-جامعة نزوى،سلطنة عمان،الأردن.

٢٩. خديجة اسماعيل الدفتار(٢٠١١).الذكاء الروحى عند الأطفال ،عمان ،الأردن،دار الفكر للنشر والتوزيع.

٣٠. دعاء حسن راجح(٢٠١٤).إعداد وتقنين قائمة الذكاءات المتعددة وعلاقتها ببعض المشكلات الحياتية لدى عينة من طلاب الجامعة"دراسة معيارية" ، دكتوراه، كلية الأداب،جامعة الاسكندرية،مصر.

٣١. ديفيد باولو(٢٠٠٢). مرجع إكلينيكى فى الإضطرابات النفسية" دليل علاجى تفصيلى"، ترجمة صفوت فرج، القاهرة،مكتبة الأنجلو المصرية.

٣٢. ديفيد باول(٢٠١٠).ذكاء الروح ،القاهرة،ترجمة دار الفاروق للإستثمارات الثقافية.

٣٣. رأفت السيد(٢٠٠٦).مدى فعالية إسلوب الإسترخاء مع التخيل البصرى والتدريب العلاجى بالإرجاع الحيوى فى خفض مستويات القلق المعمم لدى عينة من الشباب الجامعى. مجلة علم النفس العربى المعاصر، مج٢،ع١، (٩٩- ١٣١).

٣٣. زينب محمود شقير(٢٠٠٥). العنف والإغتراب النفسى بين النظرية والتطبيق، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

٣٤.سامى محمد ملحم(٢٠٠٤).علم النفس النمو،عمان،الأردن،دار الفكر.

٣٤. سامى محمد ملحم (٢٠٠٧).مبادئ التوجيه والإرشاد النفسى،عمان،الأرد، دار المسيرة.

٣٥. سالم بن محمد المفرجى(٢٠١٥). فعالية برنامج إرشادى إنتقائى فى خفض مستوى الإستقواء لدى عينة من الطلاب فى مرحلة المراهقة المبكرة، مجلة كلية التربية،جامعة الأزهر،مج ٢،ع١٦٤ ،(١١- ٦٠).

٣٦.سعيد حسنى العزة(٢٠٠١).الإرشاد الجماعى العلاجى،عمان،الأردن،الدار العلمية للنشر والتوزيع.

٣٧.سعيد حسنى العزة وجودت عبد الهادى(٢٠٠٠).نظريات الإرشاد والعلاج النفسى، القاهرة، مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع.

٣٨.سليمان رجب أحمد(٢٠٠٧). أطفالنا بين جدلية الأنا- الآخرين كما تبدو فى التمثيل (الدراما)، مجلة الطفولة العربية، الجمعية الكويتية لتقدم الطفولة العربية، مج ٨، ع٣١،(٧٤-٩١).

٣٨.سميرة محمد شند (٢٠١٦).فاعلية برنامج إرشادى إنتقائى تكاملى لتنمية مكونات الإيجابية لدى عينة من المراهقين،كلية التربية ، جامعة عين شمس، مصر.

٣٨.سهام محمد أبو عطية(٢٠٠٢). مبادئ الإرشاد النفسى، عمان،الأردن، دار الفكر للطباعة والنشر.

٣٩. سوسن عبد العزيز جاد الرب(٢٠١٥). فاعلية برنامج إرشادى إنتقائى فى تخفيف الإكتئاب لدى عينه من المراهقين ضعاف السمع بمحافظة أسيوط،دكتوراه، كلية التربية، جامعة أسيوط،مصر.

٤٠. شيماء شكرى خاطر(٢٠١٠). تنمية الذكاء الوجدانى والروحى لخفض حدة بعض الضغوط النفسية لدى المعاقين حركياً، دكتوراة،كلية الأداب، جامعة طنطا،مصر.

٤١.شيماء محمد عبد الله عويضة ومحمد نزية عبد القادر حمدى(٢٠١٤).فاعلية الإرشاد الوجودى فى تحسين الذكاء الروحى والكفاءة الذاتية المدركة لدى المصابات بسرطان الثدى فى الأردن،ماجستير،كلية الدراسات العليا،الجامعة الأردنية،الأردن.

٤١- شيرين محمد على عمران، فاعلية برنامج إرشادى انتقائى لتحسين الذكاء الروحى لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، ٢٠١٨.

٤٢.صالح أبو عبادة وعبد الحميد نيازى(٢٠٠١). الإرشاد النفسى والإجتماعى، الرياض ،مكتبة العبيكان.

٤٣. صالح الدهراوى (٢٠٠٥). علم النفس الإرشادى، عمان،الأردن،دار وائل للنشر والتوزيع.

٤٤.صلاح الدين العمرية(٢٠٠٥). الصحة النفسية والإرشاد النفسى، عمان،الأردن، مكتبة المجتمع العربى للنشر.

٤٥. .صلاح الدين العمرية(٢٠١١). علم النفس النمو ،عمان،الأردن،مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.

٤٦. صلاح أحمد الشيشينى|(٢٠١٦).فعالية برنامج إرشادى إنتقائى للتأهيل الإجتماعى والنفسى للمعاقين عقلياً القابلين للتدريب من الشباب وأثره على الرضا المهنى لديهم،دكتوراه،كلية التربية، جامعة كفر الشيخ،مصر.

٤٧. طارق عبد الرؤوف عامر(٢٠٠٨). الذكاءات المتعددة، القاهرة، دار السحاب للنشر والتوزيع.
٤٨. طه عبد العظيم حسين(٢٠٠٤). الإرشاد النفسى ،عمان ،الأردن،دار الفكر.
٤٩. عادل عبد الله محمد (٢٠٠٠). العلاج المعرفى السلوكى" أسس وتطبيقات" ، القاهرة،دار الرشاد للطباعة والنشر.
٥٠. عبد العظيم محمد حسين (٢٠٠٤). مشكلات الشباب الحالية والمستقبلية كما يراها طلاب جامعة طنطا، مجلة مستقبل التربية العربية، المركز العربى للتعليم والتربية، مج ٩، ع٢٩، (٦٥- ١٢٧).
٥١. عبد الكريم بكار(٢٠١١).المراهق كيف نفهمه وكيف نوجهه،سوريا، دار وجوه للنشر والتوزيع.
٥٢. عبد الله محمود سليمان(١٩٩٩). نحو تصور إجرائى لبرنامج علم النفس الإرشادى فى المدرسة، مجلة الشئون الإجتماعية، الجامعة الأمريكية فى الشارقة، ع٦٢،(٧٣-٩٨).
٥٣. عبد الهادى مصباح (٢٠٠٦).العبقرية والذكاء والإبداع،القاهرة،الدار المصرية اللبنانية.
٥٤. عفاف محمد السيد الصادق(٢٠١٦). فاعلية برنامج إرشادى إنتقائى فى تنمية مشاعر السعادة لدى عينة من الأطفال اليتامى، ماجستير،كلية التربية، جامعة عين شمس،مصر.
٥٥. على جمعة على السيد(٢٠١٥). فعالية الإرشاد الإنتقائى فى تحسين بعض مؤشرات جودة الحياة لعينة من ضعاف السمع، دكتوراه،كلية التربية،جامعة المنيا،مصر.
٥٦. علية عبد الرحمن محمد محمد (٢٠١٤).أثر برنامج تدريبى للبرمجة اللغوية العصبية فى تنمية الإبداع الإنفعالى والذكاء الروحى لدى عينة من تلاميذ الصف السادس الإبتدائى،دكتوراه ، كلية التربية،جامعة الزقازيق،مصر.
٥٧. فاروق مصطفى السعيد جبريل(٢٠١٤). المناخ الأسرى والجامعى المدرك والمأمول وعلاقتهما بالذكاء الروحى لدى طلاب الجامعة، ماجستير،كلية التربية، جامعة المنصورة،مصر.
٥٨.فاطمة صالح المرتجع(٢٠١٧).الذكاء الروحى كمدخل لتنمية إستراتيجيات مجابهة أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة أمهات الأطفال الذاتويين،دكتوراه،كلية البنات للآداب والعلوم والتربية،جامعة عين شمس،مصر.
٥٩.فتحى عبد الرحمن الضبع(٢٠١٢). الذكاء الروحى وعلاقته بالسعادة النفسية لدى عينة من المراهقين والراشدين،دراسات عربية فى التربية وعلم النفس .مج١،ع٢٩ ، (١٣٧-١٧٦).

٦٠.كاملةالفرخ شعبان وعبد الجابر تيم(١٩٩٩).مبادئ التوجية والإرشاد النفسى،عمان،الأردن،دار الصفا للننشر والتوزيع.

٦١. لويس كامل مليكة(١٩٧٧).علم النفس الأكلينيكى"التشخيص والتنبؤ فى الطريقة الأكلينيكية"،القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

٦٢.مسعد نجاح أبو الديار(٢٠١٥).فاعلية برنامج إرشادى فى تنمية الذكاء الروحى وخفض السلوك التنمرى لدى عينة من أطفال المرحلة الإبتدائية،مجلة العلوم الإجتماعية،الكويت،مج ٤٥،ع٤٤،(٤٩-٨٧).

٦٣. محمد أحمد خطاب (٢٠١٢).إختبار تفهم الموضوع(TAT)،القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

٦٤. محمد أحمد سعفان(٢٠٠٣).فعالية برنامج إرشادى إنتقائى فى خفض الوساوس و الأفعال القهرية المرتبطة بالشعور بالذنب. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، مج ٤، ع٢٧،(٣٩٣- ٤٤٩).

٦٥. محمد أحمد سعفان(٢٠٠٥). العملية الإرشادية ، القاهرة، دار الكتاب الحديث.

٦٦. محمد أحمد سعفان(٢٠٠٧).فعالية برنامج إنتقائى فى خفض إضطراب الشخصية النرجسية لدى عينة من الراشدين. المؤتمر العلمى الحادى عشر ،كلية التربية، جامعة طنطا، ع٢ ،(١٩- ١٢٤).

٦٧. محمد إبراهيم عيد(٢٠٠٥). مقدمة فى الإرشاد النفسى، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

٦٨. محمد بكر نوفل(٢٠٠٧).الذكاء المتعدد فى غرفة الصف "النظرية والتطبيق"،عمان،الأردن،دار المسيرة للنشر والتوزيع.

٦٩. محمد عبد التواب أبو النور(٢٠٠٠). أثر الإرشاد الإنتقائى فى تعديل الإتجاه نحو الزواج العرفى لدى عينة من الشباب الجامعى، مجلة البحث فى التربية وعلم النفس، جامعة المنيا، مج ١٣، ع٣ ،(٢٤٧- ٢٩٣).

٧٠. محمد عبد الظاهر الطيب(٢٠١٣).إختبار تكملة الجمل للحاجات النفسية،القاهرة،مكتبة الأنجلو المصرية.

٧١. محمد عبد الهادى حسين(٢٠٠٣). قياس وتقييم قدرات الذكاءات المتعددة،عمان،الأردن، دار الفكر للطباعة والنشروالتوزيع.

٧٢. محمد عبد الهادى حسين(٢٠٠٧): دليلك العلمى إلى قوة الذكاء الروحى،القاهرة، دار العلوم للنشر والتوزيع.

٧٣. محمد مصطفى امين(٢٠١٦). فعالية الإرشاد الإنتقائى فى تنمية بعض المهارات الحياتية لدى الأطفال ذوى إضطراب التوحد ، دكتوراه ،كلية التربية،جامعة المنيا،مصر.

٧٤.محمد مصطفى عبد الرازق(٢٠١٦).إسهام كل من الذكاء الروحى والأخلاقى فى التنبؤ بالكفايات الشخصية لدى معلمى الموهوبين بمدينة أبها.مجلة التربية الخاصة،مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية بكلية التربية جامعة الزقازيق،ع١٥،(٣٦٣-٤٤٢).

٧٥. محمود عطا عقل(٢٠٠٠).الإرشاد النفسى والتربوى، الرياض، دار الخريجى للنشر والتوزيع.

٧٦.محمود عبد الرحمن حموده(١٩٩٨).الطفولة والمراهقة المشكلات النفسية والعلاج ،ط٢،مصر،ميدان الإسماعيلية.

٧٧. مصطفى خليل الشرقاوى(٢٠٠٠). علم الصحة النفسية، ط٣،القاهرة، دار النهضة العربية.

٧٨. مدثر سليم أحمد (٢٠٠٤).الذكاء الروحى لدى طلاب الجامعة وعلاقته بتوافقهم النفسى الإجتماعى وتوافقهم المهنى.المؤتمر السنوى الحادى عشر للإرشاد النفسى مركز الإرشاد النفسى،جامعة عين شمس، (٢٨٩: ٣٣١).

٧٩. مدثر سليم أحمد (٢٠٠٧). الذكاء الروحى،الأسكندرية،المكتب الجامعى الحديث.

٨٠. منذر عبد الحميد الضامن(٢٠٠٣).الإرشاد النفسى، الكويت، مكتبة الفلاح.

٨١. نهى محى الدين حسين(٢٠١١): مدي فاعلية برنامج إرشادي إنتقائي لعلاج الرهاب الإجتماعي في تخفيف مستوى اللجلجة لدي عينة من أطفال المرحلة الإبتدائية المتلجلجين. ماجستير،كلية التربية،جامعة عين شمس، مصر.

٨٢. هادى مشعان ربيع(٢٠٠٥).الإرشاد التربوى والنفسى من المنظور الحديث، عمان،الأردن، مكتبة المجتمع العربى للنشر والتوزيع.

٨٣. هالة أحمد السيد(٢٠٠٥). فعالية الإرشاد الإنتقائى فى تحسين تقدير الذات السلبى لدى الطلاب الموهبين بالمرحلة الثانوية،دكتوراه،كلية التربية،جامعة أسيوط،مصر.

٨٤. هاورد جاردنر(٢٠٠٥).الذكاء المتعدد فى القرن الحادى والعشرون،ترجمة عبد الحكم الخزامى، القاهرة، دار الفجر للنشر والتوزيع.

٨٥.هبة عطية التباع(٢٠١٤).برنامج إرشادى إنتقائى لتحسين فعالية الذات وطرق الاستذكار لدى المكفوفين المتأخرين دراسياً،دكتوراه،كلية التربية،جامعة طنطا،مصر.

٨٦. يحيى صلاح سليمان(٢٠١٤). فاعلية برنامج إرشادى إنتقائى فى تحسين جودة الحياة لدى عينة من ذوى الإعاقة السمعية، ماجستير ،كلية التربية، جامعة أسيوط،مصر.

ثانياً:المراجع الأجنبية:

1 . Animasahun, R. A. (2010). Intelligent quotient, emotional intelligence and spiritual intelligence as correlates of prison adjustment among inmates in Nigeria prisons. *J Soc Sci*, *22*(2), 121-128.

2-Amram, Y. (2007). What is Spiritual Intelligence? An Ecumenical, Grounded Theory.

3. Anandan Nair et al. (2017). A Study on Spiritual Intelligence among Higher Secondary Students in Rela tion to T heir Social Adjustment . *Journal of Research in Humanities and Social Science* . 5 (3), 38-42.

4-Banks, T. I. (2006). Teaching rational emotive behavior therapy to adolescents in an alternative urban educational setting. ProQuest.

5. Babanazari, L., Askari, P., & Honarmand, M. M. (2012). Spiritual intelligence and happiness for adolescents in high school. Life Sci J, 9(3), 2296-9.

6. Beck A., Freeman ,A., Beck, Aaron;Freeman,Arthur; Davis,Denise(2004):"Cognitive Therapy of Personality Disorders ". New York, The Guilford Press.

7. Beuther, L.E., Harwood, N.,Bertoni, N.,& Thomarm, J. (2006). Systematic Treatment Selection and Prescriptive Therapy. In G. Strieker &J. Gold(Eds.), A Casebook of Psychotherapy Integration(1st ed.,pp.29-42). Washington, DC: American Psychological Association.

8. Bonner III, C. E. (2007). From coercive to spiritual: what style of leadership is prevalent in k–12 public schools?.

7. Buzan, T. (2012). The power of spiritual intelligence: 10 ways to tap into your spiritual genius. HarperCollins UK.

8. Capuzzi, D., & Stauffer, M. D. (2016). Counseling and psychotherapy: Theories and interventions. John Wiley & Sons.

9.Chen,D.&Zvieki(2013): The Problem soiving and modeling approach to adjustment, San Fransisco: Jossey-Bass.

10. Cloutier, R., & Drapeau, S. (2008). Psychologie de l'adolescence. G. Morin.
11. Cisheng, W., Shah, M. S., Jamala, B., Aqeel, M., Ahmed, A., & Gul, M. (2017). The Moderating Role of Spiritual Intelligence on the relationship between Emotional Intelligence and Identity Development in Adolescents. Foundation University Journal of Psychology, 1(1).
10. Dhingra, R., Manhas, S., & Thakur, N. (2005). Establishing connectivity of emotional quotient (EQ), spiritual quotient (SQ) with social adjustment: A study of Kashmiri migrant women. J. Hum. Ecol, 18(4), 313-317.
11. Emmons, R. A. (2000a). Is spirituality an intelligence? Motivation, cognition, and the psychology of ultimate concern. The International Journal for the psychology of Religion, 10(1), 3-26.
12. Emmons, R. A. (2000). Spirituality and intelligence: Problems and prospects.The international journal for the psychology of religion, 10(1), 57-64.
13. Encyclopedia Bri Hanic(1974): Incyclopedia Boitanuico, Inc, Vol(I).
14. Evensen,P.&Hmeio, D.(2013):The role of role play and emotional expressiveness in the prediction of adolescences social skills,Archives of general psychiatry. (90), 50-79.
15. Gardner, H. (1983). Frames of mind ,New York :Basic book.
16. Gardner, H. (1997). Multiple Intelligences as a Partner in School Improvement. Educational leadership, 55(1), 20-21.
17. Gardner, H. (1999). Intelligence reframed: Multiple intelligences for the 21st century. Basic books.
18- Gupta, G. (2012). Spiritual intelligence and emotional intelligence in relation to self-efficacy and self-regulation among college students. International Journal of Social Sciences & Interdisciplinary Research, 1(2), 60-69.
18. Gold & fried, M.R.(2004).Integrating Integratively Oriented Brief Psychotherapy. Journal of Psychotherapy Integration , 14 (1), 93-105.
19. Gold, J.,&Strieker,G.(2006) Introduction: An Overview of Psychotherapy Integration. In G. Strieker & J. gold(Eds.).A Casebook of Psychotherapy Integration(1st ed., PP.3-16) Washington, DC:American Psychological Association.

20. Golden, J., Piedmmont, R. L., Clarrocchi, J. W., & Rodgerson, T. (2004). SPIRITUALITY AND BURNOUT: AN INCREMENTAL VALIDITY STUDY. Journal of Psychology & Theology, 32(2).

21. Green, W. N., & Noble, K. D. (2010). Fostering spiritual intelligence: Undergraduates' growth in a course about consciousness. Advanced Development, 12, 26.

22. . Howard, B. B., Guramatunhu-Mudiwa, P., & White, S. R. (2009). Spiritual intelligence and transformational leadership: A new theoretical framework.Journal of Curriculum and Instruction, 3(2), 54.

23. King, D. B. (2008). Rethinking claims of spiritual intelligence: A definition, model, and measure. ProQuest.

24. Kaur, G., & Singh, R. P. (2013). Spiritual intelligence of prospective engineers and teachers in relation to their gender, locality and family status. Educationia Confab, 2(1), 27-43.

25. Kaur, D., Sambasivan, M., & Kumar, N. (2013). Effect of spiritual intelligence, emotional intelligence, psychological ownership and burnout on caring behaviour of nurses: A cross-sectional study, Journal of clinical nursing, 22(21-22), 3192-3202.

25. Luiz Carlos,C.(2003):The"ultimate meaning"of viktor Frankl.A Demonsration Project in Patial Fulfillment of Requirements for the Diplmat Educator/ Administrator Credential ,Viktor Frankl Institute of Logo therapy.

26. Mamin, M.(2008): Spiritual Intelligence in Executive Coaching . International Coach Academy,Cpcp.

27. Mayer, J. D. (2000). Spiritual intelligence or spiritual consciousness?. The international Journal for the Psychology of Religion, 10(1), 47-56

27.Mailer,Demon(2000).Understanding your enager's emotional health .American Family Physicians,Nov.15,V62,10PNA

28. Magklara, K., Skapinakis, P., Gkatsa, T., Bellos, S., Araya, R., Stylianidis, S., & Mavreas, V. (2012). Bullying behaviour in schools, socioeconomic position and psychiatric morbidity: a cross-sectional study in late adolescents in Greece. Child and adolescent psychiatry and mental health, 6(1), 8.

28. Nasel, D. (2004). Spiritual Orientation in Relation to Spiritual Intelligence a Consideration of Traditional Christianity and New Ageindividualistic Spirituality(Doctoral dissertation).

29. Nichols, W.C.(2001). Integrative Family Therapy. Journal of Psychotherapy Integration, Vol.11, No.3, PP.289-312.

30. Nobel, K.(2000): Spiritual Intelligence :Anew Frame of mind advanced development journal, 9,1-29.

31. Norcross, J. C., Karpiak, C. P., & Lister, K. M. (2005). What's an integrationist? A study of self-identified integrative and (occasionally) eclectic psychologists,Journal of clinical psychology, 61(12), 1587-1594.

33-Nair Anandan, P. G. (2017). A Study on Spiritual Intelligence among Higher Secondary Students in Relation to Their Social Adjustment. Journal of Research in Humanities and Social Science, www. questjournals. org, 5(3), 38- Nobert, Sillamy. (1999). Dictionnairede La Psychologie, Paris, Larousse.

32. Ormord ,J .(2002). Human Learning . New York: Prentice ha(260)Osborn, J .(1996):" Special education needs of gifted and talented children", Youth Mental Health Update , 8 (4) , 7-14.

33. Sternberg, R. J. (1997). Managerial intelligence: Why IQ isn't enough. Journal of Management, 23(3), 475-493.

34. Kelly,T.,(1999):A case study in spiritual intelligence.illini Christian faculty,February,18.

35. Tirri, K., & Nokelainen, P. (2011). Spiritual Sensitivity Scale. Measuring Multiple Intelligences and Moral Sensitivities in Education, 15-36.

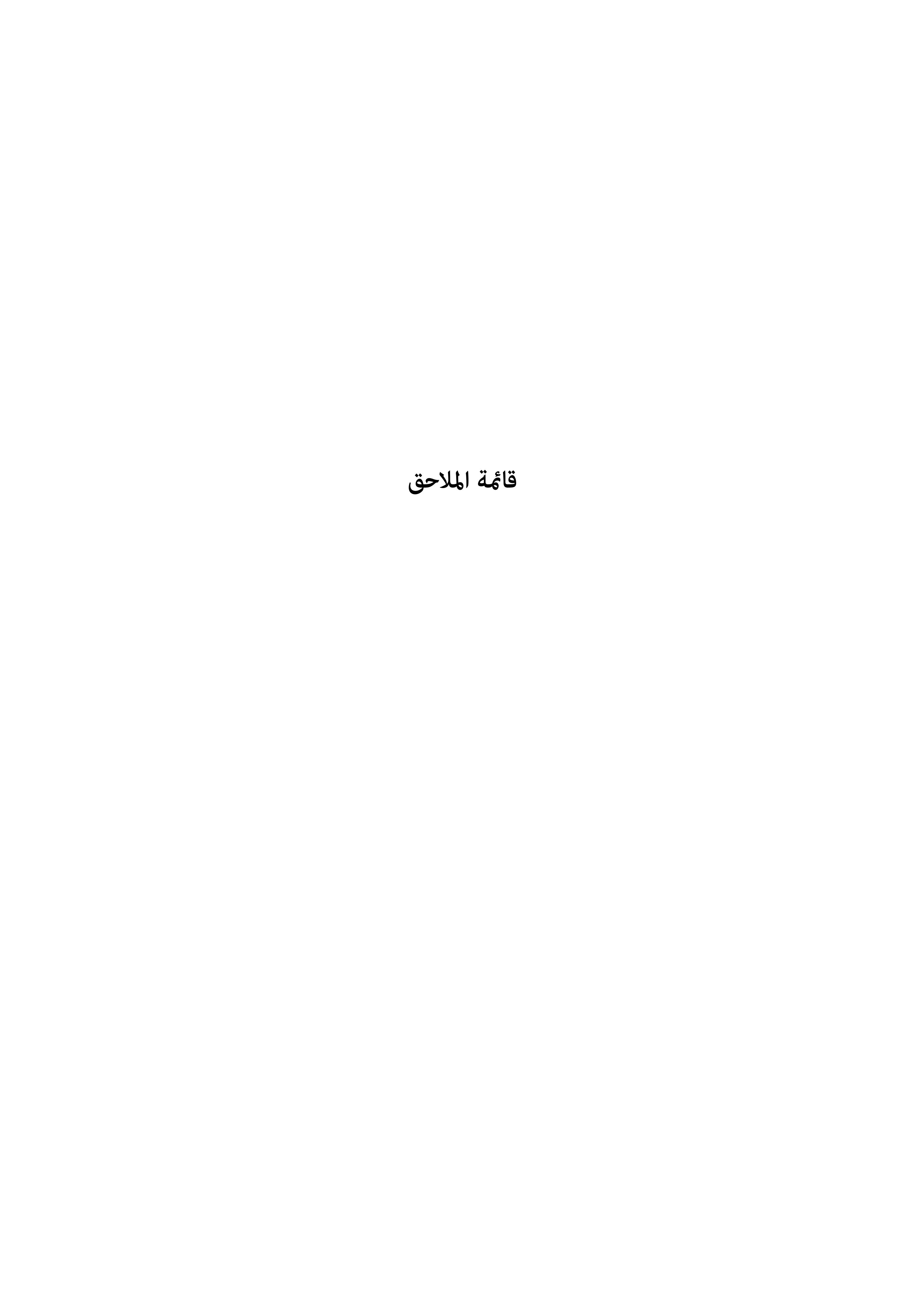
36. Varma, V. K., & Gupta, N. (2008). Psychotherapy in a traditional society: Context, concept and practice.jaypee brothers publishers.

37. Vaughan, F. (2002). What is spiritual intelligence?. Journal of humanistic psychology, 42(2), 16-33.

38. Vibha, K. (2014). The Effect of Self-Esteem and Family Environment on the Dimensions of Spiritual Intelligence of the Pre-Service Teachers at the Secondary Stage.

39. Wigglesworth,C.,(2004):Integral Spiritual Intelligence :21 Skills in 4 quadrants Unpublished Manuscript.

40. Wolman, R. (2001). Thinking with your soul: Spiritual intelligence and why it matters. Richard N. Wolman, PhD.



قائمة الملاحق

مقياس الذكاء الروحى

الأسم/
العمر/
الصف/

عزيزى الطالب:

فيما يلى مجموعة من العبارات التى تصف مشاعرك وعواطفك فى المواقف المختلفة من حياتك اليومية، وأمام كل عبارة ثلاث اختيارات وهى(أبداً- أحياناً- دائماً) المطلوب منك قرأة العباره جيداً ووضع علامه(صح) أمام الإختيار الذى يناسبك.

نرجو ملئ البيانات بصورة صحيحة فهذه البيانات ستظل سرية ولا يطلع عليها سوى الباحثة كما نرجو عدم ترك أى عبارة أو بند من البنود بدون تحديد.

م	العبارة	أبداً	أحياناً	دائماً
١	ارى أن الأخلاق هى أساس كل سلوك إيجابى			
٢	لدى قناعة أننى أستحق أكثر مما هو مقسوم لى			
٣	أحاول جاهداً أن أحظى برضا الله وحبه			
٤	أقف على صغائر الأمور			
٥	أشعر بعدم رغبتى فى إكتشاف نفسى أو الحديث معها			
٦	أذكر نفسى بالقيم الروحية والشخصية قبل التعامل مع المشكلة			
٧	أشعر أننى جزء صغير جداً من مخلوقات الله			
٨	أشعر بعدم الخشوع فى قلبى عندما اذكر الله			
٩	أخطط لشئ إيجابى تجاه مصلحة بلدى			
١٠	استمتع بكل الأشياء فى حياتى			
١١	ليست لدى القدرة على مواجهة المواقف المزعجة			

١٢	لدى قناعة أن ما يحدث لى سوء حظ			
١٣	أشعر بالرغبة فى ممارسة اى طقوس روحية مثل التأمل			
١٤	أشعر بعدم القدرة على الخروج من الأزمات بقوة ونفس راضية			
١٥	لدى طاقات كبيرة غير مستغلة			
١٦	إدرك أن الحياة لا تسير على وتيره واحده			
١٧	حياتى هبه من الله وتستحق أن أعيش كل لحظة فيها			
١٨	من الصعب أن أحسن لمن أساء لى			
١٩	أتفاعل مع الجميع على أساس تعاملهم معى وليس على أساس مبادئى أنا			
٢٠	لدى القدرة على إعطاء الحب للأخرين			
٢١	تصرفاتى لا تتفق مع معتقداتى			
٢٢	أعيش وأنا ناسٍ لحقيقة الموت			
٢٣	أشعر بوقوف الله بجانبى			
٢٤	أشعر بحب عميق من جانب أسرتى			
٢٥	أشعر بعدم حفاظى على سلامى الداخلى عندما تتعقد الأمور			
٢٦	لدى القدرة للتعبير عن نفسى بسهولة			
٢٧	لدى صعوبة فى تقبل وجهات النظر المختلفة			
٢٨	أفعل أى شئ لأكسب رضا الله قولاً وليس فعلاً			
٢٩	أشعر بالتقبل من المحيطين بى			
٣٠	أشعر بالبهجة لكل من أسدى لى معروفاً			
٣١	أثق فى نفسى فى اغلب المواقف التى مررت بها فى حياتى			
٣٢	أستطيع أن أتجاهل الأقوال التى تسبب لى الضيق			

			غير مهتم بباطن الأمور الدينية	٣٣
			أشعر أننى ملتزم بمبادئى وأخلاقى فى كل ما أفعلة	٣٤
			أجد صعوبة فى التعامل مع الأخرين بالمنطق والعقل	٣٥
			أنظر إلى ما أملكه وليس إلى ما يملكه الآخرون	٣٦
			لدى إحساس غير مبرر بالضيق	٣٧
			أتمتع بسعة صدر فى مواجهة الضغوط	٣٨
			أدرك أن الله أمرنا بأشياء عديدة ومنها البحث عن حقيقة الوجود والموت والبعث	٣٩
			أشعر بصعوبة القيام بأداء الصلاة والأذكار يومياً وبنتظام	٤٠
			أشعر بقبول نفسى كما هى بكل مشاكلها وعيوبها	٤١
			أشعر أن أفكارى مرتبة	٤٢
			ليست لدى استطاعة لتمالك نفسى عند الغضب	٤٣
			عندما أسأل عن أشياء غيبية تواجه أسألتى بالرفض	٤٤
			علاقتى بالأخرين متوترة	٤٥
			أشعر بالخجل ممن حولى لسوء الوضع المادى	٤٦
			أشعر بصعوبة فى إكتشاف نقاط القوة والضعف بداخلى	٤٧
			كل معاناه أواجهها فى حياتى هى درس استفيد منه فى مسيرتى	٤٨
			أؤمن بأن الحياه مليئة بالاختبارات الربانية	٤٩
			أشعر بأن الذكر والعباده تساعدنى على تحقيق التوازن فى حياتى	٥٠
			أشعر بالفرح لكثرة الأشياء الإيجابية فى حياتى	٥١
			ليس لدى قلق عندما لم يُتيح لى معرفة الحقائق الدينية	٥٢

جلسات البرنامج إرشادى إنتقائى لتحسين الذكاء الروحى لدى طلاب المرحلة الثانوية

خطوات اجراء البرنامج الارشادى:

الجلسه الاولى :

موضوع الجلسة/ التمهيد والتعارف:

أهداف الجلسة:

- **التعارف بين الباحثة والمسترشدين وكذلك بين المسترشدين بعضهم البعض.**
- **خلق جو من الود والمحبه بين الباحثة والمسترشدين وبين المسترشدين بعضهم البعض.**
- **استثاره الرغبه لدى الطلاب للإشتراك فى البرنامج من خلال تقديم فكره عامة عن البرنامج.**
- **تقديم بعض الإعتبارات الأدبيه والأخلاقيه للبرنامج.**
- **الإتفاق على تحديد مواعيد الجلسات.**

الفنيات المستخدمة :

التعليمات- الحوار والمناقشة- الواجب المنزلى.

زمن الجلسة/ ٤٥ دقيقه

إجراءات الجلسة:

- **تقوم الباحثة بتعريف نفسها للطلاب فى جو من الود والترحيب والتعاون ثم تطلب من الطلاب تعريف أنفسهم ،وتتفاعل الباحثه مع الطلاب خلال تقديم أنفسهم.**
- **أن تقوم الباحثة باستثاره الرغبة لدى الطلاب للاشتراك فى البرنامج وذلك من خلال ذكر فوائده لهم ولمرحلتهم العمرية والتعليمية وتوضح الباحثة للأعضاء أن نجاح البرنامج يتوقف على التزامهم ورغبتهم فى البرنامج والاشتراك فى جميع جلساته والعمل بنشاط داخل وخارج الجلسات.**
- **تشجعهم على حضور الجلسات وتوضح لهم عدد الجلسات ومحاولة اشاعه روح الحب والود بينهم أثناء الحوار والمناقشة واعطائهم التعليمات الواجب الالتزام بها فى كل الجلسات**

●تقوم الباحثه بتقديم بعض الاعتبارات الأخلاقية والادبيه داخل وخارج الجلسات:-

●ان يحترم كل عضو فى الجماعه باقى الأعضاء ويحترم كيان الجماعة، ويبذل قصارى جهده لمساعده ومعاونة الأعضاء الأخرين فى الجماعة

●ان يعمل كل عضو فى البرنامج قدر استطاعته على استمرار وبقاء هذا البرنامج،وهذا يعنى اهتمام كل عضو فى الجماعه بحضور الجلسات بدون تغيب، وأن يظل متحمسا ويبقى فى البرنامج حتى نهاية الجلسات.

●أن يبذل كل عضو قصارى جهده لتنفيذ واجباته على أكمل وجه.

وتقوم الباحثة بتحديد موعد الجلسه القادمه مع الطلاب ومكانها ووقتها وختاما تشكرهم.

الواجب المنزلى:- كتابة كل طالب تقرير عباره عن سطرين او ثلاث سطور عن مدى شعوره تجاه البرنامج ومدى شعوره بالاستفاده منه.

التقويم:

ماذا استفاد كل منهم من الجلسة؟يستمع لأرائهم فى محاولة لزياده ارتباطهم بجلسات البرنامج

الجلسة الثانية:

موضوع الجلسة/تعريف الطلاب بأهداف البرنامج.

أهداف البرنامج:

●مراجعه الواجب المنزلى

●أن يتعرف الطلاب سبب وجودهم داخل المجموعه

●أن يتعرف الطلاب على البرنامج وأهدافه

فنيات الجلسة/ المناقشة والحوار- التعزيز- الاسترخاء- الواجب المنزلى

مده الجلسة/ ٤٥ دقيقة

أجراءات الجلسة:

- تقوم الباحثة بالترحيب بالطلاب ثم مراجعه الواجب المنزلى وشكر الطلاب عليه وتشجيعهم على الاستمرار فيه.
- تقوم الباحثة بتعريف الطلاب سبب وجودهم داخل المجموعة وهو أنه تم تطبيق المقياس الذكاء الروحى عليهم وتم اختيارهم لانهم حصلوا على اقل درجات فى هذا المقياس من ضمن مجموعه كبيره من زملائهم وتقوم الباحثة بطمئنه الطلاب ان هذا لا يقل من قيمتهم ابدا بل على العكس فهم سوف يستفيدوا من هذا البرنامج جدا وسوف يكون لديهم أداه فى ايديهم يستطيعون بها ان يحلوا مشاكلهم بكل سهوله وسوف يتعلمون مهارات تمكنهم من ذلك.
- -تقوم الباحثة بتعريف الطلاب بالاسلوب الارشادى الانتقائى المستخدم فى البرنامج وهو شكل من أشكال الارشاد النفسى والارشاد النفسى له طرق وبرامج عده تختلف باختلاف الموضوع والعينة ويمثل الارشاد الانتقائى التكامل الناضج بين نظريات علم النفس الذى يقوم بانتقاء ودمج الاساليب والفنيات ويتم تحديد افضل الفنيات لتحقيق أفضل النتائج.
- ثم تقوم الباحثة بتعريف اهداف البرنامج والهدف الرئيسى منه وهو تحسين الذكاء الروحى لديهم ومن ضمن الاهداف :

هدف تربوى: وهو تحديد مفهوم الذكاء الروحى لهم وتبصيرهم بأبعاده

هدف وقائى : وهو تدريب الطلاب على كيفيه اكتساب مهارات التى تنمى الذكاء الروحى لديهم ومن هذه المهارات(الانصات- التواصل الفعال- التعبير عن الذات- النظره التفاؤلية.......الخ).

الواجب المنزلى:

كل فرد يكتب فى سطرين شعوره تجاه البرنامج والى أى مدى يمكن أن يستفاد منه.

التقويم:

تسأل المسترشدين عن مدى استفادتهم مما قدم بالجلسة.

الجلسة الثالثة:

عنوان الجلسة/ مرحلة المراهقة ومشكلاتها

اهداف الجلسة:

- **مراجعه الواجب المنزلى ومعرفة نتائجه مع الطلاب.**
- **ان يعرف الطلاب حدود تطورات الجسم فى مرحلة البلوغ**
- **ان يرغب الطلاب فى قبول بلوغهم الجنسى**
- **ما هى مشاكل المراهقة**
- **ان يتعرف الطلاب على عوامل الوقاية والتحصين من مشكلات المراهقة**

فنيات الجلسة/ المحاضره- المناقشه والحوار- الواجب المنزلى

مده الجلسة/ ٤٥ دقيقة

اجراءات الجلسة:

- **مراجعة الواجب المنزلى مع الطلاب ومناقشتهم فيه.**
- **تقوم الباحثة بهذه الجلسة لكى تتعرف على مشكلات المرحلة وتقوم بمعالجتها خلال جلسات البرنامج.**
- **ثم تقوم الباحثة بعرض أهم التغيرات التى تحدث فى فتره المراهقة فهذه المرحلة التى ينتقل فيها الفرد من الطفولة الى الشباب، وتشمل النمو الجسمى والنفسى والعقلى والاجتماعى،فالبلوغ ليس مجرد تغير فى شكل الجسم ولكنه ايضا تغير فى سلوكيات وانفعالات وقدرات المراهق**
- **ثم تقوم الباحثة بطمأنة الطلاب على أن هذه التغيرات تحدث لكل انسان على وجه الارض ،والقلق من هذه التغيرات شئ طبيعى لانه شئ جديد وغريب على المراهق ولكنها مرحلة وستمر بسلام ،**
- **وتشرح الباحثة ان هذه التغيرات تختلف من شخص الى أخر حسب اجسامهم وعلى حسب عمل الهرمونات والغدد فى جسم الانسان فقد يتأخر النمو من فرد لاخر .**
- **تقوم الباحثة بذكر مشاكل المراهقة للطلاب وهى:**
- **الصراع الداخلى- الاغتراب والتمرد- الخجل والانطواء- السلوك المزعج- العصبية وحدة الانطباع ، مع شرح كل مشكله منهم.**

- ثم تقوم الباحثة بكيفية مواجهه هذه المشاكل والوقاية منها :
- (الاغتراب والتمرد) ويكون حله بالحوار بين الاباء والابناء والاصغاء لهم
- (الخجل والانطواء) ويكون الحل فى تسامحه فى المواقف الاجتماعية وتشجيعه على الحوار ومناقشة الاخرين وتعزيز ثقته بنفسه
- (العصبية وحده الانطباع) ويكون من خلال شعور ه بالحب والامان والاستقلال
- (السلوك المزعج) ويكون بمعرفه المراهق على عظمه مسئولياته واشغال بالخير وتصويب الافكار الخاطئة وتشجيعه على مصاحبة الاصدقاء الجيدين
- (الصراع الداخلى، التمرد) يكون بالتعبير المراهق عن افكاره وتقوية الوازع الدينى والاشتراك معه فى الانشطة المفضله لديه ،تجنب العبارات السلبية مثل أنت فاشل ....الخ.

<u>الواجب المنزلى:</u>

- اكتب المشكلات التى تعانى منها من خلال ما ذكر فى جلسة اليوم.

<u>التقويم:</u>

-أذكر اهم مشكلات مرحلتك العمرية مع ذكر السبب.

<u>الجلسه الرابعه:</u>

<u>موضوع الجلسة</u>/ خلق روح الفريق بين الطلاب.

<u>أهداف الجلسة/</u>

١-مراجعة الواجب المنزلى.

٢- خلق روح الفريق بين الطلاب.

٣-زيادة درجة الانسجام بين الطلاب.

<u>الفنيات المستخدمة/</u>

المناقشة والحوار- الدعابة والمرح- التعزيز- الواجب المنزلى.

<u>زمن الجلسة/</u> ٤٥ دقيقة

اجراءات الجلسة:

- تقوم الباحثة بمراجعة الواجب المنزلى وتثنى الباحثة على من التزم بتنفيذ الواجب المنزلى.
- تطلب الباحثة من الطلاب أن يذكروا اسماء زملائهم فى البرنامج الجالسين الى اليمين وهكذا حتى يتم التعارف بينهم.
- تقوم الباحثة بطرح موضوعا للمناقشة للتفاعل الايجابىداخل الجلسة مثل (كيفية قضاء وقت الفراغ- كيفية قضاء يومك الدراسى أو يومك العادى – ما أكبر مشكلة تواجهك فى حياتك العامة)
- ثم تقوم الباحثة بالاستماع اليهم وتطلب منهم الانصات لبعضهم البعض .
- تقوم الباحثة خلال الجلسة بطرح مجموعة من الأفكار التى تنمى الدافع المشترك بين الطلاب وهو التفوق ومن بين هذه الافكار(التوكل على الله- تحديد الهدف-التخطيط ووضع الاستراتيجات)، وبيان أهمية العمل التعاونى فيما بينهم.
- تطلب الباحثة من الطلاب أن يذكروا أهم هواياتهم التى يفضلونها.
- تترك الباحثة وقت للجماعة لممارسة بعض الأحاديث الجماعية أو الجانبية التى تزيد من التفاعل والانسجام بين الطلاب.
- تقوم الباحثة فى نهاية الجلسة بشكر الطلاب وتحديد موعد الجلسة القادمة.

الواجب المنزلى:

- أن يقوم الطلاب بعمل جروب على الفيس خاص بالبرنامج للتفاعل الايجابى والمناقشة والحوار لضمان استمرار تأثير البرنامج.

التقويم:

- تسألهم الباحثة عن استعدادهم للجلسات القادمه وتأخذ أرائهم عن الجلسة.

الجلسه الخامسة:

موضوع الجلسة/ الذكاء الروحى

أهداف الجلسة:

- **مراجعه الواجب المنزلى**
- **تعريف الذكاء وأنواعه**
- **تعريف الذكاء الروحى**
- **تعريف أبعاد الذكاء الروحى**

فنيات الجلسة/ المحاضره- التعزيز- الواجب المنزلى

مده الجلسة/٤٥ دقيقه

أجراءات الجلسة:

- **تقوم الباحثة بمراجعه الواجب المنزلى للطلاب ومناقشتهم فيه.**
- **تقوم الباحثة بتعريف الذكاء اولا وهو: القدره على حل المشكلات التى تعترضنا فى الحياه وعلى ابداع المنتجات التى تحظى بأهميه داخل الاطار الثقافى الخاص(Gardner,1993,145) واختلف علماء النفس حول تعريف محدد للذكاء ولكنهم اتفقوا على انه قدره فطريه يولد الانسان بها وتستمر طوال حياته وتنميها بيئه الفرد.**
- **ثم تقوم الباحثه بذكر أنواع الذكاءات المتعدده:**

الذكاء اللغوى:-هو القدره على التحكم فى اللغه بسلاسه للتعبير عن النفس والتواصل

ذكاء المنطقى الرياضى:-القدره على حل مشكلات منطقيه او معادلات رياضيه

الذكاء الجسمى الحركى:- القدره على التحكم بالجسم وإمكانية استعمال الجسم لحل مشكلات معينة،

الذكاء المكانى:-القدره على ادراك العالم البصرى المكانى وتنسيق الصور المكانيه

الذكاء الموسيقى:-القدره على الاداء الموسيقى وتأليفها وتقديرها واستيعابها

الذكاء الاجتماعى:- القدره على التواصل مع الاخرين مع مختلف خلفياتهم والانسجام معهم

الذكاء الشخصى:-قدره الفرد على فهم مشاعره وتقدير افكاره وبالتالى نجاح حياته

الذكاء الطبيعى:- هو حساسيه للبيئه الطبيعيه واكتشافها وحبها وحب الحيوانات والنباتات

الذكاء الوجودى:-التأمل فى المشكلات الاساسيه كالحياه والموت والأبديه

الذكاء الوجدانى:- .قدره الفرد على فهم انفعالاته وانفعالات الاخرين والتعامل معها

الذكاء المعرفى:- هو القدره على الاستذكار والفهم والحفظ

الذكاء الروحى:- وهو اساس برنامجنا وسوف نقوم بتعريفه

- **ثم تقوم الباحثة بتعريف الذكاء الروحى وهو: استخدام المعلومات الروحيه فى حل المشكلات اليوميه وهو تعريف ايمونز الذى اكتشف هذا الذكاء، ويعد الذكاء الروحى أطروحه القرن الحادى والعشرون وقد أقره(جاردنر) ليكمل ذكاءاته التى بدأت بسبع ذكاءات.**
- **ثم تقوم الباحثة بذكر أبعاد الذكاء الروحى للطلاب :**

الوعى المتسامى: وهو تجاوز الذات فى المشاكل التى تواجه الفرد.

التفكير الناقد الوجودى:- الفهم العميق للأسئله الوجوديه(الموت -الحياه- الكون)

الممارسات الروحيه: ممارسه العبادات والطقوس الدينيه ومنها ذكر الله والصلاه والدعاء والتبرع لاعمال الخير

التوجه(نحو)الجماعه: وهو الشعور بانفعالات الاخرين وحاجاتهم والوقوف بجانبهم

السلام الداخلى:اقامه توازن بين الجسم والعقل والروح وخاصه فى حاله الصدمات النفسيه ليتمكن الفرد من ايجاد حاله السلام الداخلى

ادراك الذات:معرفه معتقداتى ودوافعى العميقه وهدفى من الحياه.

الواجب المنزلى:

يقوم الطلاب بتطبيق ابعاد الذكاء الروحى فى حياتهم اليوميه وكتابه المواقف هذه فى ورقه خاصه بهم.

التقويم:

-تسأل الباحثة الطلاب عن ماذا استفادوا من هذه الجلسة.

الجلسة السادسة:

عنوان الجلسة/ الذكاء الروحى

أهداف الجلسة:

- **مراجعه الواجب المنزلى**
- **أهميه الذكاء الروحى**
- **سمات الاذكياء روحيا**

فنيات الجلسة:

المحاضره- التعزيز- الواجب المنزلى

مدة الجلسة/ ٤٥ دقيقة

اجراءات الجلسة:

-تقوم الباحثة بمراجعه الواجب المنزلى والثناء على الطلاب لما طبقوه فى الواقع

- ثم تقوم الباحثة باستكمال الجلسه السابقه عن الذكاء الروحى وتقوم بذكر أهميه الذكاء الروحى وهى:

- يساعد الفرد على ان يستيقظ من غفلته الروحية واستعاده انسانيته،لانه هو الذى يوجه سلوكه نحو فعل الخير وتعبد الخالق بيقين وخشوع ويجعله أكثر صفاء وروحانيه ويقترب من صفات الملائكه.

- يحقق للفرد السلام الداخلى الشامل للحياه.

- يعمل على التكامل بين الخبرات الذاتية الروحية المرتبطة بمعنى الحياة والخبرات المقدسة وبالقدره على التسامى،لأنه يساعد على التطبيق العملى لهذه الخبرات فى محاوله للتوفيق مع الحياه.

- يجعل النفس تتعدى الفردية والأنانية والتحيز،ويبرز فيها معانى القيم الانسانية ويلهمها أفاق سامية وقيم انسانية عالية.

-يساعد الفرد على فهم ذاته وفهم الأخرين

- يمكن الفرد من الاستجابة الملائمة للموقف وقياده الموقف.

- يمكن الانسان من التساؤل عن الحياه والموت والكون .

ثم تقوم الباحثة بتعريف سمات الاذكياء روحيا.

يصف ايمونز الاذكياء روحيا بأنهم هم الأكثر قدرة على التكيف مع الضغوط النفسية والحياتية،وهم يتسمون بالتسامح والتعبير عن الامتنان والتواضع والرحمه او العطف والتضحية(Emmons,2000a,12).

الواجب المنزلى:

ما هى السمات التى تريد أن تكتسبها لكى تكون من الأذكياء روحياً.

الجلسة السابعة:

عنوان الجلسة /الممارسات الروحية

أهداف الجلسة:

- مراجعه الواجب المنزلى
- تعريف الممارسات الروحية

فنيات الجلسة/ المحاضره- النمذجة – الاقناع - الواجب المنزلى

مدة الجلسة/ ٤٥ دقيقة

اجراءات الجلسة:

- تقوم الباحثة بمراجعه الواجب المنزلى وتقويمه.
- ثم تقوم الباحثة بتعريف الممارسات الروحية للطلاب وهى:
- ممارسة العبادات والطقوس الدينية وذكر الله ومنها الصلاه والزكاه والخشوع والدعاء
- ويعرف ايضا على انه الالتزام بالفضائل والقيم والتعاليم الأخلاقية الحميده التى تمكن الفرد من العمل بفاعلية من أجل العالم ومنها: المساواه والتسامح والتواضع والصبر.
- ولنا فى رسول الله اسوه حسنة فكان (صلى الله علية وسلم) أفضل الناس باتباع تعاليم الاسلامية قال تعالى (لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيراً(وقال) قُلْ إِن كُنتُمْ تُحِبُّونَ اللّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ) وكان رسولنا الكريم رغم عصمته يتبع التعاليم الدينيه فعن عائشة ـ رضي الله عنها ـ قالت : (كان رسول الله - صلى الله عليه وسلم - إذا صلى قام حتى تفطر رجلاه .. قالت عائشة : يا رسول الله أتصنع هذا وقد غُفِرَ لك ما تقدم من ذنبك وما تأخر ؟! ، فقال ـ صلى الله عليه وسلم ـ : يا عائشة أفلا أكون عبدا شكورا)(مسلم .)

●وعن الصحابة رضى الله عنهم أشد الناس الى مبادره الى تنفيذ ما أمر الله به ورسوله (صلى الله عليه وسلم)، وقد ضرب الصحابة أروع الأمثله باتباعهم وحبهم للنبى (صلى الله عليه وسلم) كما فى حديث المسور بن مخرمة رضى الله عنه فى صلح الحديبية، قال: فجئ الى النبى (صلى الله عليه وسلم) بوضوء فتوضأ، فو الله ما سقطت قطرة ماء على الأرض الا كادوا يقتتلون على وضوئه عليه الصلاه والسلام، وما تنخم نخامة الا استبقوا عليها، فما تقع فى يد رجل الا دلك بها وجه وجلده ولا يحدون النظر اليه تعظيما له،ولا يرفعون أصواتهم عنده ،ويبتدرون أمره. لذلك ثبت لهم البشارة فقال الله تعالى: ﴿رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ﴾ [البينة:٨

●وكان الصحابه خير من يتبعون كلام الله وسنه رسوله الكريم ولا يأتون بما نهى عنه الله ورسوله فكان عمر(رضى الله عنه) ذات يوم صعد المنبر، وخطب في الناس، فطلب منهم ألا يغالوا في مهور النساء، لأن رسول الله صلى الله عليه وسلم وأصحابه لم يزيدوا في مهور النساء عن أربعمائة درهم؟ لذلك أمرهم ألا يزيدوا في صداق المرأة على أربعمائة درهم.

فلما نزل أمير المؤمنين من على المنبر، قالت له امرأة من قريش: يا أمير المؤمنين، نهيت الناس أن يزيدوا النساء في صدقاتهن على أربعمائة درهم؟ قال: نعم. فقالت: أما سمعت قول الله تعالى: {وآتيتم إحداهن قنطارا} (القنطار: المال الكثير). فقال: اللهم غفرانك، كل الناس أفقه من عمر. ثم رجع فصعد المنبر، وقال: يا أيها الناس إني كنت نهيتكم أن تزيدوا في مهور النساء، فمن شاء أن يعطي من ماله ما أحب فليفعل.

الواجب المنزلى:-

●ذكر قصه احد الصالحين الذي اتبع دينه وعصى هواه.

-التقويم:

-تطلب الباحثة من المسترشدين أن يذكر كل واحد منهم حدث أو قصة عن أحد الأفراد وعلاقته بالممارسات الروحية فى حياته.

الجلسة الثامنة:

عنوان الجلسة/ كيفيه الاستفاده من الممارسات الروحية فى حياتنا اليوميه.

أهداف الجلسة:

- **مراجعه الواجب المنزلى**
- **تدريب على الممارسات الروحية فى حياتهم اليوميه.**

فنيات الجلسة:

المحاضره- المناقشة والحوار- التعزيز- الواجب المنزلى - النمذجة

مدة الجلسة/ ٤٥ دقيقة

اجراءات الجلسة:

- **تقوم الباحثة بمراجعة الواجب المنزلى مع الطلاب ثم مناقشتهم فيه ثم تقديم الثناء على من قام بالواجب على اكمل وجه.**
- **تقوم الباحثة بشرح معنى القدره على الاستفاده من الممارسات الروحية فى حياتنا اليومية حيث يعكس هذا البعد القدره على البحث عن معنى للأنشطة الحياتية المختلفة وربطها بالقيم بطريقة تسهل وظائف الحياه وتزيد من جودتها وخاصة مواجهه الألم والمعاناه ويمكن أن تنقسم الى مهارتين اساسيتين وهما:**
  - **البحث عن هدف فى الحياه فى كل نشاط نقوم به**
  - **مساعده الاخرين وتقديم الخدمات لهم**
- **تقوم الباحثة بعرض قصه الخليفه عمر بن عبد العزيز كان عمر بن عبد العزيز- رضي الله عنه- معروفا بالحكمة والرفق، وفي يوم من الأيام، دخل عليه أحد أبنائه، وقال له: يا أبت! لماذا تتساهل في بعض الأمور؟! فوالله لو أني مكانك ما خشيت في الحق أحدا. فقال الخليفة لابنه: لا تعجل يا بني؛ فإن الله ذم الخمر في القرآن مرتين، وحرمها في المرة الثالثة، وأنا أخاف أن أحمل الناس على الحق جملة فيدفعوه (أي أخاف أن أجبرهم عليه مرة واحدة فيرفضوه) فتكون فتنة.**
- **فانصرف الابن راضيا بعد أن اطمأن لحسن سياسة أبيه، وعلم أن وفق أبيه ليس عن ضعف، ولكنه نتيجة حسن فهمه لدينه.**

- تقوم الباحثة بمناقشة هذه القصة مع الطلاب وكيف يمكنهم تطبيق ممارستهم الروحية فى الحياه كما فعل الخليفة العادل عمر بن عبد العزيز.

ابن القيم يقول لو علِم العبد كيف يُدبّر الله له أموره لعلِم يقيناً أن اللهأرحم به من أمِه وأبيه ولذاب قلبه محبةً لله.

- تقوم الباحثة بذكر قصة من واقعنا المصرى الحالى وهذه القصة انتشرت على مواقع التواصل الاجتماعى وهى طالب في كلية طب واقف قصاد الكلية مع زمايله و تيجي عربية تختاره من وسطهم و تخبطه جريوا بيه على مستشفى الجامعة و هنا الدكاترة يبلغوه انه عندهٍ كلية بتنزف ولازم يستأصلوها فورآ والا هتتسبب في موته يضطر يختار ما بين كليته الي هتتشال و يعيش او هتفضل و يموت فيختار انها تتشال . وبعد كام يوم و هو قاعد مكتئب في اوضتهيدخل عليه الجراح الي عمله العملية و هو مُبتسم و يقوله : تسمع عن القضاء والقدر ؟الطالب يقوله : ايوة يا دكتور بس انا خسرت كتير .. الدكتور يقوله : انا كنت زيك باسمع عنه لحد ما شوفته معاك واحنا بنعملك العملية لاحظنا وجود نسيج غريب فى الكلى الي شيلنها و بعتناه المعمل يتحلل طلع يا دوب بداية تغيرات للخلايا في سكة نشاط سرطاني الي كانت لا يمكن تكتشف الا في مرحلة متأخرة جدآ وتكون حياتك هي التمن.الطالب : قصدك يا دكتور ان العربية اختارتني وحددت مكان الاصابة بالظبط عشان اخد فرصة تانية للحياة !! ،، الدكتور : انت مُتخيل تفتكر دي صدفة ؟ الطالب وهو مُبتسم : اكيد دا قضاء و قدر الحمد لله .

- وتقوم الباحثة بمناقشة الطلاب بهذه القصة ايضا وهو ان نطبق المعانى الروحية فى حياتنا مثل (الايمان بالقضاء والقدر) وعدم الحزن على شئ قد قدره الله لك والبحث عن المعانى الروحية للأشياء التى تحدث لنا فلو فكرنا ان كل شئ يحدث لنا خير حتى لو كان فى ظاهره ابتلاء ونقمه لأننا لا ننظر الى ظاهر الامور بل نظرتنا أعمق فى البحث عن الهدف والمعنى وراء هذا الابتلاء، ويجب التعايش مع المعاناه وأخذ العبره منها وادراك المشكلات والأحداث على أنها فرصة للانجاز .

<u>الواجب المنزلى:</u>

ان يقوم كل طالب باسترجاع موقف فى حياته او موقف حدث مع عائلته احس فية انه فى ظاهره ابتلاء وفى باطنه رحمه من الله تعالى.

<u>التقويم:</u>

تقوم الباحثة بأنهاء الجلسة .وتسأل الطلاب ،ما مدى استفادتهم من هذه الجلسات؟

الجلسة التاسعة:

عنوان الجلسة/ تدريب الطلاب على الذكر(الصلاه والاذكار والدعاء وغيرها من العبادات)

أهداف الجلسة:

- **مراجعه الواجب المنزلى**
- **اثر الذكر(الصلاه والدعاء والاذكار)**
- **تدريب عملى على الذكر**
- **الخلاصة**

فنيات الجلسه/ المحاضره- المناقشة والحوار- النمذجه- الواجب المنزلى.

مدةالجلسة/ ٤٥ دقيقة

اجراءات الجلسة:

- **تقوم الباحثة بمراجعه الواجب المنزلى مع الطلاب ومناقشتهم فيه.**
- **تقوم الباحثة ببدأ الجلسة بالتالى حيث تقول :**

أن هذه الجلسه لتعلمكم وتدربكم على الاذكار والصلاه والدعاء ولكن لن يتم ذكر ثواب الصلاه او الدعاء ابدا ولا اقول لكم اليوم نصل الفجر مثلا وبكره الفجر مع الظهر وهكذا او كما قال الرسول صلى الله عليه وسلم(مروا الصبى بالصلاه اذا بلغ سبع سنين، فأذا بلغ عشر سنين فاضربوه عليها) لان هذا الاسلوب يصلح للاطفال وليس لطلاب الثانويه .

أما نحن فى هذه الجلسه فسوف نذكر أثر الصلاه والذكر فى النفس وما فائدتها قال الله تعالى (الذين يذكرون الله قياما وقعودا وعلى جنوبهم ويتفكرون فى خلق السموات والأرض ربنا ما خلقت هذا باطلا سبحانك فقنا عذاب النار) يقول الشيخ الشعراوى" اذا ذكرت الله لا تقف عند الكلمات ولكن دعها تسرى فى أعماقك لتغيرك دعها تقنع عقلك الباطن لتصلحك فالسر ليس فى الكلمات ولكن فى أثر الكلمات فى حياتك"

- **السلام الداخلى النفسى مصدره ان تذكر الله ،وذكر الله هو الشئ الذى امرنا الله تعالى أن نفعلها كثيرا قال تعالى".والذاكرين الله كثيرا والذاكرات أعد الله لهم مغفرة وأجرا عظيما" الأحزاب :٣٥**
- **قال الله تعالى "يا أيها الذين أمنوا اذكروا الله ذكرا كثيرا" الأحزاب: ٤١.**

●المشكله فى ذكرنا اننا نقول الكلمات ولا نستوعب معانيها أو نقوم بعد عدد المرات التى نقوم بذكرها فقط، الذكر ليس مجرد كلام ولا ألفاظ (السر فى ما تفعله الكلمات من اثر فى حياتك)، لا يقول لنا النبى (صلى الله عليه وسلم) شئ غير ورائه شئ تفعله فى ارادتك فى حياتك تغير حياتك للأفضل ، وهذا جواب لكل من يقول انا بقوم بالدعاء ولكن الله لا يستجيب لى ولكن اذا ركزت فى الدعاء وجعلت جوارحك تحس به مع تكراره سوف تلاحظ التغير.

●قال شيخ الإسلام ابن تيمية: والمطلوب من القرآن هو فهم معانيه والعمل به، فإن لم تكن هذه همة حافظه لم يكن من أهل العلم والدين.

●وعن الصحابه والتابعين رضى الله عنهم كانوا يرددون أيات قرأنيه معينه مثلا

ردد ابن مسعود - رضي الله تعالى عنه - ﴿. رَّبِّ زِدْنِي عِلْمًا ﴾ (سورة طه الآية ١١٤-(وردد سيد التابعين سعيد بن جبير قوله تعالى: ﴿وَاتَّقُواْ يَوْمًا تُرْجَعُونَ فِيهِ إِلَى اللَّهِ. ﴾(سورة البقرة الآية ٢٨١)

وعن سيدنا عمر رضى الله عنه خرج عمر يعس بالمدينة ذات ليلة، فمر بدار رجل من المسلمين، فوافقه قائماً يصلي، فوقف يستمع قراءته فقرأ: ﴿ والطور ﴾حتى بلغ: ﴿ إن عذاب ربك لواقع، ما له من دافع﴾ (الطور: ٧-٨). قال: قسم ورب الكعبة حق. فنزل عن حماره. واستند إلى حائط، فمكث ملياً، ثم رجع إلى منزله، فمكث شهراً يعوده الناس لا يدرون ما مرضه. رضي الله عنه.

●جميعنا نسمع فضل الذكر من العلماء ولكن لا أحد يكلمنا عن أثر وفعل الذكر ولكن مع هذا فان الثواب موجود لتحريك بداخلك فعل وأراده وتفجر بداخلك مخزون الطاقه

●والذكر هو وسيلة لأقناع عقلك الباطن أنك تقدر تنجح فى الحياه أكثر وتكون أخلاقك أحسن،ومن هنا لازم تحول الاذكار من كلمات الى اراده وفعل ،وطاقه للنجاح،لقيم واخلاق.

●ثم تقوم الباحثة بضرب مثل على هذا :

يعلمنا النبى عند الخروج من البيت تقول"بسم الله توكلت على الله ،اللهم انى أعوذ بك ان أَزَّل أو أُزُل أو أضل أو اضل أو اجهل أو يجهل على أو اظلم أواظلم)يقول النبى من قال هذا الدعاء وهو خارج من المنزل تقول له الملائكه هوديت وكفيت ووقيت ويتنحى عنه الشيطان ، والسر هو فى اقناع عقلك الباطن بهذه الكلمات وتأخذ اراده وفعل أنك لن تظلم او تجهل على احد ....الخ .

دعاء الوقوف أمام المرأه اللهم كما حسنت خَلقى فحسن خلقى" اذا فعلا قلت هذه الكلمات وانت موقن بها فسوف تغير اخلاقك للأحسن.

دعاء دخول البلد" اللهم رب السموات السبع وما أظللن ورب الأراضين السبع وما أقللن ورب الرياح وما ذرين ورب الشياطين وما أضللن اسألك من خير هذه البلد وخير أهلها وخير ما فيها وأعوذ بك من شر هذه البلد وشر أهلها وشر ما فيها"

جرب تقولها بيقين وسوف يكون عندك طاقه وفعل وسوف تشاهد هذا الدعاء يتحقق فعلا فى حياتك .

- تقوم الباحثة بعمل تدريب عملى للطلاب تقول لهم اغمضوا اعينكم وقولوا "استغفر الله" خمس مرات وفى كل مره تخيل انك توقف ذنبك فى حياتك أو "حسبى الله ونعم الوكيل" وتخيل انك متوكل أو معتمد على الله فى أمر من أمور حياتك .
- واذا قلت الاذكار بهذه الطريقه الجديده فهذا يعتبر هو الذكاء الروحى بعينه كما قال ايمونز فى تعريفه للذكاء الروحى (تم ذكرها فى جلسه الرابعه).
- وتقوم الباحثة بذكر امثله عمليه فى هذا السياق :

وهنا نذكر صحابه قالوا ادعيه علمها لهم الرسول (صلى الله عليه وسلم)وفعلوها بهذه الطريقه وتغيرت حياتهم للأفضل مثل :

قصه الصحابى الجليل "أبو أمامه الباهلى" هو شاب عنده ٢٣ سنه هاجر من باهله الى المدينه مع الصحابه الاجلاء لمسانده النبى (صلى الله عليه وسلم)وعندما هاجر لم يجد له عمل فى المدينه فبدأ بقرض الاموال وضاقت عليه الحياه ، فعندما دخل النبى (صلى الله عليه وسلم)المسجد وجده وهو نائم فى المسجد ويبدو عليه الحزن فقال النبى (صلى الله عليه وسلم)"مالك يا أبو أمامه أراك فى المسجد بغير وقت صلاه " قال يا رسول الله"ديونٌ وهموم "قال النبى (صلى الله عليه وسلم)"يا أبو أمامه ألا اعلمك كلمات إذا قلتها كل صباح ومساء ذهب همك وقضى دينك "قال يا أبو أمامه اذا أصبحت واذا أمسيت* فقل اللهم أنى أعوذ بك من الهم والحزن وأعوذ بك من العجز والكسل وأعوذ بك من الجبن والبخل وأعوذ بك من غلبه الدين وقهر الرجال*قم يا أبو أمامه : يقول أبو أمامه فقمت وخرجت واشتغلت وصرت أقولها صباحا ومساءً ، ثم بعد ذلك فى حياة أبو أمامه اشتغل ثلاثه أشياء

●روايه الأحاديث عن الرسول (صلى الله عليه وسلم) وتعليم العلم روى عن الرسول ٢٥٠ حديث

●هاجر الى مصر مع جيش عمرو بن العاص واشتغل فى المنسوجات

●ثم سافر الى الشام وسكن سوريا بسبب توسع تجارته

●ومات أبو امامه "رضى الله عنه" وهو من الاغنياء

الخلاصة:-

الــــذكر طاقه للحياه- عيش بالاذكار ولكن حولها من مجرد كلمات الى اراده وافعال وقيم واخلاق وطاقه للنجاح.

الواجب المنزلى :

ان تقوم بالاستغفار ٢٠ مره يوميا مع التخيل والصلاه فى موعدها مع التركيز فى الكلمات.

التقويم:

تقوم الباحثة بتوجية الاسئلة للطلاب على مدى استفادتهم من الجلسات السابقة؟وتستمع لأرائهم لزيادة ارتباطهم بالبرنامج.

الجلسة العاشرة

عنوان الجلسة/ ادراك المعاناه كفرصه

أهداف الجلسة/

●مراجعه الواجب المنزلى

●معنى المعاناه

●المعاناه فى الاديان

●كيف نستعد لمواجهة أى معاناه أو مشكلة؟

فنيات الجلسة/ المحاضره- المناقشه والحوار-الاقناع- الواجب المنزلى

مدة الجلسة/٤٥ دقيقه

اجراءات الجلسة:

- تقوم الباحثة بمراجعه الواجب المنزلى ومناقشتهم والثناء على من التزم بالواجب.
- ثم تقوم الباحثة بتعريف المعاناه المعاناة هي تجربة شخصية يشعر فيها من يعاني بعدم السعادة، يرجع مردها إما إلى مسبب مادي كالألم الجسمي أو قد تكون مسبب نفسي كالمشاكل الحياتية المختلفة عدم تلبية الحاجات الشخصية، فقدان أحد الأفراد المقربين، الانفصال عن المجموعات الاجتماعية، الحد من الحرية، المرض والموت. كما يمكن أن تتدرج المعاناة من أمور بسيطة إلى أمور غير محتملة، يرجع تقديرها حسب الشخص. تحدث المعاناة ضمن العديد من مجالات النشاط البشري. وتختلف أشكال المعاناة حسب طبيعتها، وأصلها وأسبابها، ومعناها ومغزاها، والسلوكيات الشخصية والاجتماعية، والثقافية المرتبطة بها.
- وتقوم الباحثة بذكر المعاناه فى الاديان مثلا

فى المسيحيه أن معاناة الإنسان تلعب دورا هامًا في الدين. فهي تجربة إيجابية في حالة تحقيقها لمعنى أكبر من الحياة، مثل يسوع الذي تحمل المعاناة من أجل حياة المسيحيين الآخرين. وقد يعثر الإنسان على الله وقيمة الإيمان أثناء تعرضه للمعاناة. وهذا يسمح للمسيحيين بمواجهة واقع التجربة الإنسانية مع المعاناة.

وفي الإسلام، يجب على المؤمنين تحمل معاناة بصبر وإيمان فيقبل المسلم بالمعاناة لكونها إرادة الله ويقدم عليها لأنها اختبار لإيمانه. ويجب على المسلم أن يعمل على تخفيف معاناه المسلمين الاخرين . ﴿ أَمْ حَسِبْتُمْ أَن تَدْخُلُواْ الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُم مَّثَلُ الَّذِينَ خَلَوْاْ مِن قَبْلِكُم مَّسَّتْهُمُ الْبَأْسَاء وَالضَّرَّاء وَزُلْزِلُواْ ﴾) سوره البقرة((214:

مستحيل وألف ألف مستحيل ألا تمتحن ، أو ألا تبتلا . قيل للشافعي : " يا إمام ، أندعو الله بالابتلاء أم بالتمكين ؟ فقال : لن تمكن قبل أن تبتلى " . قال تعالى :

﴿ وَإِنْ كُنَّا لَمُبْتَلِينَ﴾.عَنْ صُهَيْبٍ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

عجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ ، وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءُ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءُ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًله.

تقوم الباحثة بتعريف الطلاب كيفيه التغلب على المعاناه وتذكر لهم ما من محنة تصيب المؤمن إلا ووراءها منحة من الله ، وما من شدة تصيب المؤمن إلا ووراءها شدة إلى الله .﴿ وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمُ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾)سوره أل عمران.(فالمعاناه هي حالة وظرف يقف أمام الإنسان، ويثير في نفسه مشاعر القلق والتوتر، بحيث يشعر بالرغبة في تجاوز تلك الحالة بما هو متاح أمامه من وسائل، فالطالب الذي يدرس تخصص معيّناً قد تواجهه مادّة تتّسم بالصعوبة، فيخشى منها وتُسبّب له القلق والخوف من عدم القدرة على النجاح فيها واجتيازها، وبالتالي فقد يلجأ إلى وسائل عدّة للتخلّص من هذا الخوف أو اجتياز هذه المشكلة .

خطوات التغلب على المعاناه وخلق منها فرصه:

-أن يدرك الإنسان أنّ لكل مشكلة في الحياة حلّاً، وأنّ عليه أن يحسن تحليل أسباب المشاكل التي تواجهه حتى يستطيع حلّها.

- ألّا يراكم الإنسان المشاكل فوق ظهره، فكم من مشاكل استهان بها الإنسان، وألقاها وراءه، فإذا بها تتراكم فجأة كأنّها جبل أمامه، وحينئذ لا يستطيع مواجهتها، فالمشكلة ينبغي أن تُحلّ أوّلا بأول، وألّا يؤجل الإنسان عمل اليوم إلى الغد.

-أن يبتعد الإنسان عن روح الاستسلام، فالاستسلام أمام المشاكل لا يجدي نفعاً في حلّها، بل يضعف الإنسان ويجعله فريسة سهلة لها، فعلى الإنسان أن يتحلّى بالقوة والعزيمة لمواجهة مشاكل الحياة التي تواجهه مستعيناً بالله تعالى ومتوكّلاً عليه.

- كيف تكون المعاناه فرصة -:

-يقول علماء النفس الإيجابي، أن المعاناه لا يتبعها اضطراب للحياة بالضرورة. بل يمكن للمحنة أن تكون منحة، أو كما يقال: ما لا يكسرك قد يجعلك أكثر قوة فهناك بعض الناس لا تنهار حياتهم عندما يتعرضون لمصيبة.. بل بالعكس.. قد يحدث لهم ارتقاء نفسي و روحي بشكل ما ،نتحدث هنا عن "ما بعد المعاناه ". اي ذلك الشعور بأن الإنسان قد ازداد حكمة و فهما للحياة بعد تعرضه لهذه الصدمة و تطورت حياته بعد حدوثها.. فكثيرا ما نرى أناسا ازداد تقديرهم للحياة بعد نجاتهم من حادث أو من قرروا الالتزام أو تغيير أفكارهم بعد شفائهم من مرض قاتل. أو هؤلاء الذين وهبوا حياتهم لمساعدة الآخرين بعد أن ذاقوا بأنفسهم مرارة المعاناة...إلخ.

يقول مولانا جلال الدين الرومى"لا تجزع من جرحك ،وإلا كيف للنور أن يتسلل إلى باطنك "

كيف نستعد لمواجهة أى معاناه أو مشكلة؟ ثم تقوم الباحثة بذكر-1_ كن اجتماعيا

أكثر الناس قابلية للنمو بعد المعاناه، هم أولئك الاجتماعيون الذين يحبون مخالطة الناس.. فما السبب؟

يمدنا الناس بالدعم الاجتماعي الذي نحتاجة لاتزاننا النفسي.. فالتفاف من نحبهم حولنا بعد حدوث الصدمة، قد يساعدنا في تخطي المحنة و الارتقاء بعدها أيضا.. لأن التفسيرات المختلفة التي قد يقولها لنا الناس وهم يهونون علينا، قد تجعلنا نرى المشكلة من منظور مختلف، قد لا يكون بديهيا و نحن تحت وطأتها.. قد يعطوننا "معنى" لما يحدث يجعلنا أكثر فهما لأنفسنا و للحياة من حولنا باستخلاص حكمة مما جرى. كما أن وجود علاقات متينة في حياتنا قد يجعلنا ندرك أننا لانزال محبوبين و أن الصدمة لم تدمر كل شيء و هناك ما ينبغي أن نقدره في هذه الحياة، ألا و هو حب الناس لنا.

كن متفائلا:

التفاؤل هو توقع أن يكون المستقبل إيجابيا، حتى إن لم يكن هناك دليل على هذا! ويجب أن نقاوم الصدمات. و أن الأمل هو ما يجعلنا موقنين أن الصدمة ليست نهاية الكون لأن المستقبل سيكون أفضل بشكل ما، فنبدأ في استخلاص العبرة و المعنى، ونعمل على تطوير أنفسنا كي نتأقلم مع هذه الأفكار الجديدة..

لذلك يساعدنا الدين في تخطي المحن.. فهو يعطي معنى متماسكا للحياة ولنأمل خيرا في الغد ببساطة، قم بدورك في الحياة على أكمل وجه، ثم كن متفائلا مؤمنا أن الغد سيكون أفضل و ليكن هذا من ثوابتك، لتتقبل عثرات الحياة و تقلباتها وتدرك أن المصائب -مهما طالت- ليست دائمة.

تدرب على مواجهه الحياه:

وجد العلماء أن المنفتحين على الحياة الذين يسعون لاكتساب الخبرات الجديدة، يكونون أكثر قابلية من غيرهم للنمو بعد الصدمة. ربما لأن هؤلاء الناس يكسرون روتين حياتهم و يتعرضون لمواقف جديدة أكثر تنوعا مما يتعرض له الشخص العادي، فيتعرضون -بالتالي- لمشاكل أكثر و يضطرون للتعامل معها، فتتكون لديهم خبرات أوسع تساعدهم على تخطي الصعاب و فهم الحياة فمن اعتادوا التعرض لمشاكل مختلفة، يكتسبون مناعة نفسية، و يعرفون كيفية التعامل بشكل أفضل مع الصدمات حين تحدث.

فلا تعزل نفسك عن الحياة كي تتجنب مشاكلها.. بل خض غمارها و اسع للتجديد لتكتسب خبرات أكثر تجعلك أقدر على المواجهة ,فمن لم يعتد التعامل مع الصدمات يكون أكثر عرضة للكسر...كن ثريا

حسنا.. أعرف أن هذه النقطة قد تبدو غريبة بعض الشيء, نتحدث هنا عن المستوي المادي و الاجتماعي فتقول الدراسات أن من يتمتعون بمستويات عالية منه يكونون أقدر على تخطى الصدمات و النمو بعدها بشكل أفضل فقيل أن المستوى المادي يخفف من وطأة الصدمة.. فمثلا، حين يعرف شخص أنه مصاب بمرض خطير، لو كان ثريا مالكا لثمن العلاج قد يكون أقل توترا من شخص لا يستطيع توفير قوت عياله!.. رغم ما يقال دوما عن ذم الماديات، إلا أن الواقع -والدراسات النفسية- تقول أن للعامل المادي علاقة في تخطي محن تعوق سعادتنا المستوى المادي/الاجتماعي مفيد في هذا الشأن.. فحاول أن تتمتع بقدر منه لأنه يخفف من وقع صدمات من هذا النوع.

إفرح:

على عكس ما يشاع، السعداء -الذين يشعرون بمشاعر إيجابية أكثر- يكونون أكثر قابلية لتخطي المحن! يحدث هذا لأن المشاعر الإيجابية تلغي التأثير الصحي المدمر للكرب و الغم.. كما تجعلنا ننظر للأمور بعين مختلفة، من منظور أكثر شمولية دون التركيز في التفاصيل، فنرى الصدمة بشكل عام -نحاول أن يكون متسقا مع فهمنا لحياتنا ككل- بدلا من التدقيق في تفاصيلها المؤلمة ..

الإيجابية مفيدة لحياتنا عموما، فالمشاعر الإيجابية يجب أن تكون أكثر من المشاعر السلبية (على الأقل ثلاث مرات) كي نكون سعداء، و نكون أكثر قابلية لأن نتطور بعد حدوث الصدمة.

<u>الواجب المنزلى:</u>

على الطلاب ان يذكروا قصص من الواقع الذى امامهم لاشخاص عانوا فى الحياه

<u>التقويم:</u>

تقوم الباحثة بتوجية الأسئلة للطلاب على ماذا استفادوا من هذه الجلسة ؟

الجلسة الحادية عشر:

عنوان الجلسة/ تابع ادراك المعاناه كفرصة
أهداف الجلسة:
مراجعة الواجب المنزلى -
نماذج من الواقع على من اتخذوا من معاناتهم فرصة-

فنيات الجلسة /المحاضره- الحوار والمناقشة- نمذجة- الواجب المنزلى.
مده الجلسة/٤٥ دقيقة
اجراءات الجلسة:
- مراجعه الواجب المنزلى مع الطلاب ومناقشتهم فيه والثناء على من قام به على أكمل وجه.
ثم تقوم الباحثة بذكر قصص عن ادراك المعاناه كفرصة -
ولنا فى أنبيائنا قدوه وأسوة حسنه -

سيدنا محمد ولنا فى رسول الله أسوه حسنة من أصعب ألوان المعاناة على الإنسان، إذا كان محترماً عزيزاً وصاحب سمعة في مجتمعه، أن تتعرض صورته للتشويه، وأن تتحطم سمعته ومكانته عند من حوله، وهذا ما واجهه رسول الله ﷺ من المشركين، فقد صبوا عليه صنوف الأذى ، فتحملها في سبيل الله صابراً محتسباً، حتى كما روى عنه أنس بن مالك قال صلى الله عليه وسلم "ما أوذى أحد مثل ما أوذيت فى الله" ، ولكن مع هذا لم يستسلم وشكر وحمد ربه على كل شئ ومضى فى دعوته حتى وصلت الى انحاء الارض كلها .

نماذج من الواقع :
- مصطفى محمود : هل تعلم أن الدكتور مصطفى محمود فشل فأجتياز السنه الاولى له فى التعليم الابتدائى ٣ مرات ولكن الان الدكتور مصطفى محمود رحمه الله ألف ٨٩ كتابا منها الكتب العلميه والدينيه والاجتماعية والسياسيه
-ألبرت أنيشتاين: لم يكن أنشتاين عبقريا منذ صغره، فقد بدأ بالتكلم عندما بلغ الرابعة من عمره، و لم يعرف القراءة إلى في سن السابعة، و وصفه أساتذته بالمعاق ذهنيا، و لكنه في النهاية حصل على جائزة نوبل في الفيزياء.

-تم اعتقال عالم النفس الشهير فيكتور فرانكل، و رأى أصدقاءه يعذبون و يموتون حوله في معتقلات النازية. عاش أياما مريرة في هذا المكان لكنه لاحظ شيئا مهما غير مسار حياته.. لاحظ أن المعتقلين الذين فقدوا الأمل ماتوا كمدا و قهرا، أما من كانوا يتطلعون للغد بتفاؤل -رغم عدم وجود دليل- كانت معنوياتهم مرتفعة. حين نجا من هذه التجربة قام بتأسيس مذهب نفسي جديد -اسمه العلاج بالمعنى- ينادي بأن تطلعنا للغد مهم كي نتمتع بالصحة النفسية.

-والت ديزني هو واحد من أنجح الناس الذين فشلوا في البداية، و المعروف بإسهاماته في الترفيه العائلي، فقد بدأ مشوار حياته بتأسيس بعض الأعمال التجارية التي بائت بالفشل، لإفتقاره إلى الخيال، مما جعله عرضة إلى الإفلاس، و لكن تغييرا بسيطا قام به، غير من مجرى حياته، بعد قيامه برسم الشخصيات الكرتونية المشهورة، و التي عرفت حتى تاريخنا هذ.

-أوبرا وينفري تعتبر أوبرا من ثاني الأسماء التي حققت نجاحا عالميا، بعد تعرضها للعديد من النكسات الكبيرة، فقد عاشت طفولة صعبة للغاية، و مرت في حياتها المهنية ببعض العقبات، والتي تضمنت طردها من وظيفتها كمراسلة في التلفاز الأمريكي، ولكنها لم تستسلم.

-<u>الواجب المنزلى:</u>

ما الذى استفده من جلسات ادراك المعاناه كفرص

<u>التقويم:</u>

تسأل الباحثة الطلاب عن أهم الدروس المستفاده من القصص المذكوره فى الجلسة؟

<u>الجلسة الثانية عشر</u>

<u>عنوان الجلسة</u>/ تنمية مهاره تكوين صداقات

<u>أهداف الجلسة:</u>

مراجعة الواجب المنزلى-

كيفيه اكتساب اصدقاء-

صفات هذه الاصدقاء-

<u>فنيات الجلسة</u> /المحاضرة – المناقشة والحوار- الواجب المنزلى- التعزيز

<u>مدة الجلسة</u>/ دقيقة ٤٥

<u>اجراءات الجلسة:</u>

-تقوم الباحثة بمراجعة الواجب المنزلى مع الطلاب ومناقشتهم فيه

-ثم تقوم الباحثة بقول مقدمة عن الصداقة اولا

تعد الصداقة من أسمى العلاقات الإنسانية، وهى المؤنس فى الحياة، والملاذ الأول لتفريغ شحنة الحزن والغضب، والصداقة سلوك مكتسب منذ الصغر، فمن لا يعرف كيف تكون الصداقة وهو طفل لن يستطيع أن يكونها فى الكبر.

- تقوم الباحثة بذكر للطلاب بكيفية اكتساب أصدقاءقد يبدو إيجاد أصدقاء جدد مهمة عسيرة. إن لم يكن لديك الكثير من الأصدقاء، فمن السهل أن تشعر بعزلة شديدة وأنت لا تعرف كيف تبدأ، ولكن الأمر غاية في البساطة: ما عليك سوى أن تكون سباقًا في الأمر- لذا، لا تنتظر أن يأتي لك الأصدقاء بالمنزل كي يجدوك! وإليك نصيحة كي تبدأ في التعرف على أصدقاء جدد

١- كون نفسك:أول طريق لاكتساب الأصدقاء هو ترك العنان لشخصيتك الحقيقية لتظهر، فكون الشاب التي طالما حلمت به، فالتكلف لن يُكسبك الأصدقاء بل سيجعلهم ينفرون منك، فإذا كنت قد اعتدت الجلوس مكتوفة الأيدي في الصف الأخير فحان الوقت لتأخذي مكانك في الصفوف الأمامية.

٢- لا للتكلف: لا تحاول أبدا ارتداء الملابس الملفتة لجذب الأنظار، فالناس لا يحبون الشخصيات المتكلفة والمتصنعة، ولكن عليك اختيار الملابس البسيطة والمريحة، لتتمكني من التصرف بحرية.

٣- تعرف الى الجميع: لا ترفض التعرف على الاصدقاء لأنهم مختلفين عنك، بل حاول إلقاء السلام والتعرف على كل من تقابل، فلن تخسر شيئا بقولك "مرحبا"، فقد تجد بينهم أفضل الاصدقاء عكس ما كنت تتوقع.

٤- الكلام: حاول التكلم والتعبير عن نفسك كلما سنحت لك الفرصة، فالسكوت لن يكسبك الأصدقاء ولن يلفت إليك الأنظار.

٥- الاشتراك فى الأنشطه :للتعرف على مزيد من الأصدقاء في جو من المرح بعيدا عن الفصول الدراسية يفضل الاشتراك في الأنشطة المختلفة بالمدرسة كالرسم والأنشطة اليدوية المختلفة، وحتي فصول الطهي قد تكون بيئة مناسبة لاكتساب الأصدقاء.

٦- المبادره: لا تنتظر حتي يأتي الآخرين لطلب صداقتك، كون أنت المبادر واطلب التعرف عليهم، فقد يرفضك البعض ولكن تأكدي أنك ستتعرفين على الكثير من الأصدقاء.

٧- الفيسبوك وتويتر: قد يكون الفيس بوك وتويتر وسيلة للتقارب والتواصل مع اصدقائك بالمدرسة، فعند التعرف على اصدقاء جدد، تواصل معهم من خلال الفيس بوك وتويتر، حيث يساعد ذلك على تدعيم الصداقة ويخلق مساحة مشتركة بينكما.

- ثم تقوم الباحثة بذكر كيفية تكوين صداقات قوية للطلاب وهنا نقدم مجموعه من النصائح:

--لاتتوقع الكثير:سيكون من الأفضل كثيرا أن نركز على ما يستطيع اصدقائنا تقديمه لنا،وليس ما نريد منهم أو نتوقع منهم أن يمنحوه لنا.

-كن أنت المبادر: كثيراً ما نظن أنه ينبغي على أصدقائنا أن يمنحونا المزيد من الرعاية أكثر مما نفعل نحن.ولكن ينبغى أن نبادر نحن بهذ الرعاية لهم.

-لا تذكر مدى روعه أصدقائك الأخرين: فعندما يسمع صديق عن مدى بهجة الوقت الذي قضيته مع شخص آخر، فلن يكون الأمر محبباً له.

-كن صادقا فى اهتمامك فيما يفعله اصدقائك:ويجب أن يشعروا بذلك.

-اتصل بصديقك دون غرض فى نفسك:وجرب ان ترسل له بطاقات تهنئه دون سبب معين،وسيدهشك مدى تقدير الاصدقاء لهذه اللفتات.

-لا ترجع بوعودك: تجنب إلغاء المواعيد معهم- اجعل من نفسك صديقاً مخلصاً جديراً بالاعتماد عليه.

-تقديم الهدايا لأصدقائك: يقول رسول الله (صلى الله علية وسلم)"تهادوا تحبوا. "

نصيحه رائعة:

أشركه في شئونك. كن متسامحاً وامنحه فرصة ثانية عندما يخطئ. أظهر اهتمامك بما يقوم به ولكن لا تبالغ فتكون متطفلاً، كن معنياً أمره ولكن لا تتلصص عليه. فكر فيه ولكن لا تتدخل في أمر لا يعنيك. كن مرحاً معه ولكن اعرف الوقت الذي يجب أن تكون فيه جاداً، كن معطاء دون أن تنتظر المقابل. وحين يخذلك صديقك (وسيحدث ذلك) كن متفهماً لظروفه، ثم قدم له سبباً وجيها كي يكون صديقاً أفضل من ذي قبل.

-ثم تقوم الباحثة بذكر معايير اختيار الصديق :

-المؤمن بالله عز وجل -الامين كاتم الاسرار- الناجح المتقن فى عمله- الخلوق فى المعاملة - البار بوالدية- المتوافق فى الشكل والعمر- الصادق فى النصيحه- الاخلاص -التضحية-المحبة بدون مصلحة.

<u>الواجب المنزلى:</u>

- **يكتب كل طالب عن عدد الاصدقاء الحقيقين بحياته واهم مواصفاتهم.**

<u>التقويم:</u>

-تسأل الباحثة الطلاب ماذا تعلموا من الجلسة ؟

الجلسة الثالثة عشر:

عنوان الجلسة/الشعور(التوجه)نحو الجماعه

أهداف الجلسة:

-مراجعه الواجب المنزلى

-تعريف التوجه نحو الجماعه

- الاسلام والتوجه نحو الجماعه

فنيات الجلسة/المحاضره- النمذجه- الواجب المنزلى

مدة الجلسة/٤٥ دقيقة

أجراءات الجلسة:

-تقوم الباحثة بمراجعة الواجب المنزلى للطلاب ومناقشتهم

- ثم تقوم الباحثة بتعريف التوجه نحو الجماعه للطلاب وهو:

القدره على توظيف المؤهلات (المصادر)الروحية فى الحياه الاجتماعية لاداره العلاقات الاجتماعية المتبادلة مع أفراد المجتمع ويراعى فيها:

-الحساسية لانفعالات الأخرين وحاجاتهم

-التعاطف والشفقه

-التفاهم والتلقائية وصدق المشاعر

-الوعى بالقواعد المستترة وراء السلوك السوى

-حسن القيام بالادوار والمهام الاجتماعية ذات العلاقة

-التصرف الحكيم والمسئول

-الاندماج فى الحياه الاجتماعية (مشاركا ومتعاونا ومسئولا)

(فاروق جبريل :١٨:١٩,٢٠١٤)

- **ثم تقوم الباحثة بذكر كيفيه تكلم الاسلام عن التوجه نحو الجماعه ومراعاه مشاعر الاخرين ومن المبادئ الذى وضعها الاسلام لهذا الامر:**
- **الالتزام بأداب الحديث:قال الله تعالى (وَقُولُواْ لِلنَّاسِ حُسْناً)سوره (البقره:٨٣)، وعن ابن مسعود رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (ليس المؤمن بالطعّان ولا اللعّان ولا الفاحش ولا البذيء(رواه الترمذى.**
- **عدم جرح مشاعر المخطئ: يقول عمر بن الخطاب رضي الله عنه: "لا تظن بكلمة خرجت من أخيك المؤمن شرًّا، وأنت تجد لها في الخير محملاً ".**

●روى معاوية بن الحكم السلمي فقال : "بينما أنا أصلي مع رسول الله صلى الله عليه وسلم إذ عطس رجل من القوم فقلت : يرحمك الله ، فرماني القوم بأبصارهم فقلت واثكل أمياه ما شأنكم تنظرون إلى ؟ فجعلوا يضربون بأيديهم على أفخاذهم ، فلما رأيتهم يصمتونني سكت ، فلما صلى ، عليه الصلاة والسلام ، فبأبي هو وأمي ، ما رأيت معلما قبله ولا بعده أحسن تعليما منه ، فو الله ما كرهني ولا ضربني ولا شتمني وإنما قال : إن هذه الصلاة لا يصح فيهما شيء من كلام الناس إنما هو التسبيح والتكبير وقراءة القرآن .

●وها هو الإمام الشافعي رحمه الله حين مرض وأتاه بعض إخوانه يعوده، فقال للشافعي: قوى لله ضعفك، قال الشافعي: لو قوى ضعفي لقتلني ، قال: والله ما أردت إلا الخير. فقال الإمام: أعلم أنك لو سببتني ما أردت إلا الخير.

●معرفه أدب التناصح: من أخلاق المؤمن أن يكون مرآة لأخيه ، إن رأى خيراً شجَّعه على الخير، ورغَّبه فيه، وحثه على الاستمرار عليه، وإن رأى خللاً، أو خطأً، أو نقصاً، سعى في سده . قال أحد الدعاة: (لتكن نصيحتك لأخيك تلميحاً لا تصريحاًوتصحيحاًلاتجريحا .(وقال الإمام الشافعي : " من وعظ أخاه سرا فقد نصحه وزانه ، ومن وعظه علانية فقد فضحه وشانه ".

●عليك بأداب التغافل: هناك ما يسمى بأدب التغافل أو الإغضاء عن هفوات الناس كنوعمنمراعاةالمشاعروالأحاسيس. وقد نبه الله إليه في كتابه الكريم فقال : {وَإِذْ أَسَرَّ النَّبِيُّ إِلَى بَعْضِ أَزْوَاجِهِ حَدِيثاً فَلَمَّا نَبَّأَتْ بِهِ وَأَظْهَرَهُ اللَّهُ عَلَيْهِ عَرَّفَ بَعْضَهُ وَأَعْرَضَ عَنْ بَعْضٍ فَلَمَّا نَبَّأَهَا بِهِ قَالَتْ مَنْ أَنْبَأَكَ هَذَا قَالَ نَبَّأَنِيَ الْعَلِيمُ الْخَبِيرُ }سوره(التحريم:٣)

ذكر ابن جريج عن عطاء بن أبي رباح قال : إن الرجل ليحدثني بالحديث فأنصت له كأن لم أسمعه قط وقد سمعته قبل أن يولد.

- أدب الاستئذان: قال تعالى : {فَإِن لَّمْ تَجِدُوا فِيهَا أَحَدًا فَلَا تَدْخُلُوهَا حَتَّى يُؤْذَنَ لَكُمْ وَإِن قِيلَ لَكُمُ ارْجِعُوا فَارْجِعُوا هُوَ أَزْكَى لَكُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ}(سورالنور:٢٨) عن أبي موسى رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : { إذا أستأذن أحدكم ثلاثا فلم يؤذن له فليرجع }.

- مراعاه مشاعر الضعفاء والمرضى وذوى القدرات الفائقة: عن عثمانَ بنِ أبي العاصِ أن النبي صلى الله عليه وسلم قال : " أُمَّ قومَكَ ، فمنْ أمَّ قومَه فليُخَفِّفْ فإن فيهم الكبيرَ وإن فيهم المريضَ وإن فيهم الضعيفَ وإن فيهم ذا الحاجة ، وإذا صلى أحدُكم وحدَه فليُصَلِّ كيفَ شاءَ ".إن مراعاة مشاعر الناس وأحاسيسهم مما يزيد في الود ويؤلف بين القلوب ، فقد لا ينسى أحدنا موقفاً لشخص ما راعى فيه مشاعره وشاركه أحاسيسه .

الواجب المنزلى:

-قوم بمساعده الجماعه الخاصه بك سواء الاسره او الاصدقاء واكتب هذه المواقف فى ورقه.

التقويم:

تسأل الباحثة الطلاب ماذا استفادوا من الجلسات السابقة؟

الجلسة الرابعة عشر:

عنوان الجلسة/ السلام الداخلى

اهداف الجلسة/

-مراجعه الواجب المنزلى

-تعريف السلام الداخلى

-الطرق التى من خلالها نحقق السلام الداخلى

فنيات الجلسة/ المحاضره- المناقشة والحوار- النمذجه- التعزيز-الواجب المنزلى

مدة الجلسة/ ٤٥ دقيقة

أجراءات الجلسة:

- **- تقوم الباحثة بمراجعه الواجب المنزلى مع الطلاب والثناء عليه وشكرهم .**

-ثم تقوم بطرح فكره الجلسة وهى السلام الداخلى وتعريفهم به وهو: يشير إلى حالة السلام في تكوينه العقلي والروحي مع ما يكفي من المعرفة والفهم للحفاظ على قوة النفس في مواجهة الخلاف والتوتر. تعتبر بعض الثقافات السلام الداخلي حالة من الوعي أو التنوير التي قد يمكن الوصول إليها عبر أشكال مختلفة من التدريب، مثل :الصلاة، و التأمل,ورياضة اليوجا. يجب أولاً أن نتوصل للسلام داخل أنفسنا، ثم يتوسع تدريجياً ليشمل عائلاتنا، مجتمعاتنا، وفي نهاية المطاف الكوكب بأكمله. ان السلام الداخلي يجعلك انت بنفسك وحدك من يتحكم في الموقف.انها غاية صعبة المنال وتتطلب منا الجهد حتى نصل اليها.ليس من السهولة ان نتحكم في مشاعرنا ونوجهها حيث نشاء لاننا احيانا نفقد السيطرة لقوة الموقف وصعوبته لكن الذين يتمتعون بالسلام الداخلي لديهم ما يمكن ان نسميه) استعادة التحكم.) أدعوكم لتأمل كثير من المواقف التي حركتكم عن انسجامكم لتحكموا على كلامي ان كثيرا من هذه المواقف اما انها لا تستحق كل هذا الانفعال الذي نقوم به او اننا احيانا نعطيها تقييما اكبر وهناك احتمال ثالث اننا نفتقد الى تقدير ذواتنا ولهذا نتأثر لأي نقد او عدم قبول او ما شابه ذلك.

قال تعالى :يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنْفُسَكُمْ لا يَضُرُّكُمْ مَنْ ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ المائدة 115.

تقوم الباحثة بعرض الطرق التى من خلالها نحقق السلام الداخلى لانفسنا:

-انهضي للصلاة مع الشمس، وقومي بإداء الصلاة دائماً، فالصلاة سلام.

- تقدير الذات وحب الذات: وتقدير الذات وحبها مغاير للكبر والاعجاب بالنفس فتقدير الذات هو اعطائها حقها

-التدريب عليها: امنح نفسك خمسة دقائق فقط من الاسترخاء والتأمل يوميا تنفس بعمق وافصل نفسك عن اى مشاكل)شهيق وزفير

- تعويد النفس على حسن تقييم الظروف والاعتدال في النظر الى المواقف فكثير منا وخاصة العاطفيون والعصبيون(لديهم مبالغة في التقييم)

- اشغال العقل والفكر بشيء مفيد تحبه النفس وترتاح اليه زيارة لصديق او صلة لرحم او ارتياد مكتبة او قضاء وقت ممتع مع العائلة

-توقّف عن الإحساس الدائم بالإستياءولو قارن المستائون من واقعهم أو معيشتهم أو ظروفهم بمَن هم دونهم لكانوا استراحوا، بل لو قارنوا ما عند الغير بما هو عندهم لاستشعروا الراحة أيضا

- تخلّص من الرغبة في الفوز: الرغبة في الفوز قد تصل في كثيرٍ من الأحيان إلى تحطيم الخصم.

- تجنبي جرح قلوب الآخرين، فسم ألمك سيرتد إليك.

-كوني صادقة طوال الوقت، فالصدق امتحان إرادة المرء في الكون.

- إعترف بأنّك خطّاء: فبدلاً من المماطلة, وشدّ الأعصاب, ليجد أحدنا في نفسه الجرأة على الاعتراف بأنّه المخطئ.

لا تسع وراء أهداف فرعية وسطحية كالثروه والنجاح فتلك الاشياء قد تسبب تعب نفسى شديد ,عش وفق مبادئ اكثر عمقا والتى ينتج عنها شعور بالرضى.

-اظهار سلامنا الداخلى للعالم :لا شك أن الاشخاص الذى لديهم سلام داخلى لديهم صفات خاصة مثل الابتسامه الدائمه وعدم ادانه الاخرين والابتعاد عن النزاعات والخلافات.

عد للطبيعه:ان الطبيعه هو علاج بعض الامراض النفسية فاغتنم الفرصه واحصل على هذا العلاج الطبيعى بالمشى فى المتنزهات مثلا.

- **تناول جرعه من فيتامين الضحك: لانها تخفف من ضغوط الحياه**
- **سامح بسرعه:يقول أحد الحكماء)قد يرى البعض أن التسامح انكسار وان الصمت هزيمه ولكنهم لا يعرفون ان التسامح يحتاج الى قوة أكبر من الانتقام وان الصمت أقوى من اى كلام**
- **أهمية الانفتاح على الأخرين:ينشأ عدم السلام الداخلى من دوافعنا شديده الانانية والتمركز حول الذات ,فالانفتاح يعتقنا من أسر الانانية ويمنحنا الصفاء.**

- **الواجب المنزلى:**
  - **الاسترخاء وعدم التفكير يوميا لمده عشر دقائق.**

التقويم:

تسأل الباحثة الطلاب كيف يحققون السلام الداخلى لديهم؟

الجلسة الخامسة عشر

عنوان الجلسة/ ادراك الذات

أهداف الجلسة/

- **مراجعه الواجب المنزلى**
- **تعريف ادراك الذات**
- **خطوات لاثراء ادراك او وعى الذات بداخلك**

فنيات الجلسة/ المحاضره -المناقشة والحوار- الواجب المنزلى

مدة الجلسة/ ٤٥ دقيقة

اجراءات الجلسة/

- **تقوم الباحثة بمراجعة ومناقشة الواجب المنزلى**
- **ثم تقوم بتعريف مفهوم ادراك الذات للطلاب وهو هو المقدرة على مطالعة النفس و تمييز النفس عن البيئة المحيطة والأفراد الآخرين. وقد ظهرت فكرة الذات في مجال علم النفس على يد وليم جيمس James وسماها الأنا العملية ، وهي مجموعة ما يمتلكه الإنسان أو ما يستطيع أن يقول انه له : جسمه ، سماته ، قدراته ، ممتلكاته المادية ، أسرته ، أصدقاؤه ، مهنته ، وفي علم النفس الحديث تطور مفهوم الذات وأصبح يعني جانبين : الذات كموضوعية أي معرفة الفرد لذاته وتقييمه لها ، والذات كعملية أي كحركة ، وكفعل ، وكنشاط ، وكمجموعة من النشاطات والعمليات العقلية كالتفكير والإدراك والتذكر" .**
- **ثم تقوم الباحثة بذكر خطوات لاثراء ادراك او وعى الذات بداخلك وهى:**

ينشأ الوعى الذاتى من خلال ممارسة التركيز على تفاصيل شخصيتك وسلوكك، تخيل نفسك تتعلم قياده السياره، يستوجب عليك أن تلاحظ حركة قدميك ويديك وعيونك والماره فى الشارع ، وكلمه السر هنا هى الملاحظه (هى مفتاح الوعى الذاتى)، فنحن نقضى جل أوقاتنا نلاحظ تصرفات الناس تجاهنا،ولا نكترس لحظه لملاحظة تصرفاتنا ...أن تلاحظ كلامك، تصرفاتك، رده فعلك،مشاعرك،طموحك، فكل ذلك يشير كله للعقل والنفس بأنك تريد أن تفهم نفسك وتعرفها، وهناك تبدأ تستكشف تدريجيا عده عوامل كنت فى غفلة عنها ولم تكن تدركها عن نفسك.

كما أنه الخطوة الاولى فى تجسيد ما تود تحقيقة حيث يجعل تركيزك ،مشاعرك،سلوكياتك، ردود أفعالك ، تحدد"أين ستذهب فى هذه الحياة وفى اى اتجاه " وعلى أى درجة من النجاح والسعاده ستكون.

الواجب المنزلى:

يقوم كل طالب بالاسترخاء والتأمل بذاته كل يوم لمده خمس دقائق.

التقويم:

تسأل الباحثة الطلاب كيف من وجهه نظرهم تنمية الوعى بالذات؟

الجلسة السادسة عشر:

عنوان الجلسة/ فن السؤال وفن التواصل

أهداف الجلسة/

-مراجعة الواجب المنزلى

- فن وأداب السؤال

- فن التواصل

فنيات الجلسة/ المحاضرة -المناقشة والحوار- الواجب المنزلى- لعب الدور

مدة الجلسة/ ٤٥ دقيقة

اجراءات الجلسة/

- تقوم الباحثة بمراجعه الواجب المنزلى مع الطلاب ومناقشتهم فى نتائجة.
- ثم تقوم الباحثة بذكر أداب السؤال : مما ينبغي للمتحاورين أثناء الحوار وعند طرح الأسئلة أن يتعلموا أدب السؤال، حتى ينضبط الحوار ويطيب المقال ولهذا قيل"أدب السائل أنفع من الوسائل".وقال ابن حجر"حسن السؤال نصف العلم".
- ومن اداب السؤال:

اختيار الصيغة المناسبة

ايضاح السؤال وتجنب الابهام

اختصار السؤال والبعد عن الاطاله

ثم تقوم الباحثة بفتح القرأن على سوره يوسف لان بها اسئله كثيراا وكيف تم طرح هذه الاسئلةوتوضيحها للطلاب.

- ثم تقوم الباحثة بشرح فن التواصل مع الطلاب: ان فن التواصل فن مهم جدا لانه يوضح كيفية تعامل الناس مع بعضها ،لان أغلب المشاكل تجئ من سوء التفاهم بين الناس وعدم فهم بعضهم بعض ، ومن أهم مبادئه:
- أراء الناس مختلفة – تعلم ثم ناقش- اختر الظرف المناسب- لاتقاطع- اقلل الكلام- حدث الناس على قدر عقولهم – راقب نفسك- كن بليغا- احسن الاصغاء- لا تخجل من قول "لا ادرى"-ابحث عن النقاط المشتركة.

الواجب المنزلى:

قوم بحوار مع صديقك استخدم فيها فن التواصل.

التقويم:

تسأل الباحثة الطلاب عن أهم شئ يزعجهم فى اى حوار ؟

الجلسة السابعة عشر :

عنوان الجلسة/ الوعى المتسامى

أهداف الجلسة:

-مراجعة الواجب المنزلى

-ما هو الوعى المتسامى

- أهمية الوعى المتسامى

فنيات الجلسة/ المحاضره- النمذجة- الواجب المنزلى

مدة الجلسة/٤٥ دقيقة

اجراءات الجلسة/

- تقوم الباحثة بمراجعة الواجب المنزلى مع الطلاب ومناقشتهم فيه.
- ثم تقوم بتعريف الوعى المتسامى للطلاب وهو تنظيم أنانية الذات والتسامى بها وربطها بالكلية والعالم المحيط بها.
- وتعرض الباحثة اهمية التسامى للطلاب وتوضح لهم انه يكسب الجسم حاله غريبه من الراحة العميقة تفوق بكثير الراحة اثناء النوم العميق ونتيجه لهذه الراحة تتحرر من أسر الضغوط بداخلنا التى تعيق النشاط الطبيعى فى حياتنا.

- تقوم الباحثة بعمل تمارين التأمل مع الطلاب للتدريب على الوعى المتسامى.
- ضرب امثلة مارست تمارين التأمل مثل سيدنا محمد (صلى الله عليه وسلم) والفيلسوف كونفيسيوش .

الواجب المنزلى:

ممارسة تمرين التأمل كل يوم لمده ١٠ دقائق.

التقويم:

تسأل الباحثة الطلاب عن كيفية تنمية الوعى المتسامى؟

الجلسة الثامنة عشر:

عنوان الجلسة/ تابع الوعى المتسامى

أهداف الجلسة:

-مراجعة الواجب المنزلى

- تنمية القدره على التسامى

فنيات الجلسة/ المحاضره- المناقشة والحوار- الواجب المنزلى

مدة الجلسة/٤٥ دقيقة

اجراءات الجلسة/

- تقوم الباحثة بمراجعة الواجب المنزلى مع الطلاب والثناء عليهم وتشجيعهم.
- تطلب منهم ممارسة تدريب الوعى المتسامى لمده ٥ دقائق.
- تبدأ الباحثة بفتح حوار مفتوح مع الطلاب بشأن ممارسة التأمل فى كل شئ فى حياتهم .
- تقوم الباحثة بتوزيع صور للطبيعة اليهم(بحور- انهار- سماء – نجوم)
- تجعلهم يتأملون ابداع الخالق واستشعار عظمتة وانهم جزء من هذا الكون العظيم.

الواجب المنزلى:

ممارسة التأمل ١٠ دقائق يوميا.

التقويم:

تقوم الباحثة بسأل الطلاب عن شعورهم بعد ممارسة التأمل؟

الجلسة التاسعة عشر:

عنوان الجلسة/ التعرف على معنى الاخلاق الفاضلة وتنميتها

أهداف الجلسة/

- **مراجعة الواجب المنزلى**
- **تعريف الاخلاق الفاضلة (الحب – التسامح- التواضع)**

فنيات الجلسة/ المحاضرة- النمذجة- الواجب المنزلى

مدة الجلسة/ ٤٥ دقيقة

اجراءات الجلسة/

- **تقوم الباحثة فى مناقشة ومراجعة الواجب المنزلى**
- **توضح الباحثة للمشتركين ان الاخلاق الفاضلة هى المحصلة النهائية للتسامى بغرائزه وتعالى عليها واستفاد من صلاته وذكره وتأملة ودعائة فان النتيجة النهائية لهذا كله هى التحلى بالاخلاق الفاضلة**
- **يقول النبى (صلى الله علية وسلم) ان من أحبكم الى واقربكم منى مجلس يوم القيامة أحاسنكم أخلاقا.**
- **تقوم الباحثة بشرح اهمية الحب فى حياتنا واهمية ان يعبر كل منا عن محبتة للاخر سواء كان صديق او ابا او اما او زوجة، وتقوم بضرب أمثله عن ذلك.**
- **توضح الباحثةبشرح اهمية فضيله التسامح والعفو وحث القران الكريم والسنة النبوية عليهم وضرب امثلة على ذلك.**
- **ثم تقوم تقوم بشرح معنى واهمية فضيلة التواضع لافراد العينة وكيف ان الانسان المتواضع يملك حب الناس وتضرب امثلة على ذلك من الواقع.**
- **ثم تقوم بمناقشة وفتح باب الحوار حول هذه المعانى والاخلاق .**

الواجب المنزلى:

- **ان يذكر كل طالب امثلة من حياته على اشخاص قابلهم يتحلون بهذه الصفات وكيف شعوره نحوهم.**

التقويم:

-تسأل الطلاب عن أهم الصفات التى يمتلكها كل فرد منهم؟

الجلسة العشرون :

عنوان الجلسة/ تابع التعرف على معنى الاخلاق الفاضلة وتنميتها

أهداف الجلسة/

- **مراجعة الواجب المنزلى**
- **تعريف الاخلاق الفاضله(ضبط النفس- الرحمة- العرفان بالجميل -الحكمة)**

فنيات الجلسة/المحاضره- المناقشة والحوار- النمذجة -الواجب المنزلى.

مدة الجلسة/٤٥ دقيقة

اجراءات الجلسة/

- **تقوم الباحثة بمراجعة الواجب المنزلى مع الطلاب .**
- **تقوم الباحثة بتعريف ضبط النفس واهميتة للطلاب وتجنب الغضب وكيف تكلم القران الكريم والسنة النبوية عنه، وما هو تعليم رسولنا الكريم عن كيفية اخماد غضبنا .**
- **تشرح الباحثة معنى الرحمة واهمية الرحمة واللين بذكر ايات من الذكر الحكيم لترسيخ المعنى فى نفوس الطلاب ، كما انها كانت ابرز صفات الرسول(صلى الله علية وسلم)، وتؤكد الباحثة هذا المفهوم من خلال ذكر أمثلة عليها من الرسل والصحابة والتابعين**
- **وتقوم الباحثة بشرح مفهوم الحكمة واهمية ان الانسان يكون لديه هذه الصفة الحميده لاداره ظروف حياتة على اكمل وجه، وكيفية اكتساب هذه الصفة من تجارب الحياة.**
- **ثم تقوم الباحثة بشرح فضيلة العرفان بالجميل ومعناها واهميتها وكيف ان كل الاديان السماوية حثت علية وهو فضيلة مرتبطة بكل ما هو ايجابى ،ثم تقوم الباحثة بذكر امثلة من اشخاص يتحلون بهذه الصفات.**

الواجب المنزلى:

يقوم كل طالب بذكر اشخاص فى حياتهم يتصفون بهذه الصفات وكيف شعورهم تجاههم.

التقويم:

تسأل الباحثة الطلاب عن مدى استفادتهم من الجلسات السابقة؟

الجلسة الحاديةوالعشرون:

عنوان الجلسة/ التعرف على قدرة الاستفادة من المصادر الروحية فى حل المشكلات وتنميتها

اهداف الجلسة:

- **مراجعة الواجب المنزلى**
- **التعرف على قدره الاستفاده من المصادر الروحية فى حل المشكلات**
- **تنمية قدرة الاستفادة من المصادر الروحية فى حل المشكلات وتنميتها**

فنيات الجلسة/ التأمل – النمذجة- المحاضرة- الواجب المنزلى

مدة الجلسة/٤٥ دقيقة

اجراءات الجلسة:

- **تقوم الباحثة بمراجعة الواجب المنزلى**
- **تقوم الباحثة بتعريف الطلاب معنى قدرة الاستفادة من المصادر الروحية من صلاه وتأمل ودعاء واقوال وافعال الرسول(صلى الله عليه وسلم) وسير الصحابة فى حل المشكلات**
- **ثم تقوم الباحثة بذكر خطوات حل المشكلات للطلاب من بحث وتحليل وتأمل ثم اختيار الحل المناسب .**
- **ان الاشخاص الذين يعيشون بتعاليم دينهم الروحية يستطيعون التكيف افضل مع الضغوط والمشكلات المختلفه لانهم ينظرون اليها بنظره مختلفة عن باقى الناس**
- **ثم تقوم الباحثة بضرب امثلة فى حياه الرسول (صلى الله عليه وسلم) والصحابه وامثله من الواقع لتنمية لدى الطلاب هذه القدره وللاستفاده فى حل مشاكلهم ،فالقدوه هى خير مثل لتنمية القدره لديهم لاستخدام الممارسات الروحية فى مشاكلهم الخاصه.**

الواجب المنزلى:

المواظبة على اذكار الصباح والمساء وممارسة التأمل يوميا.

التقويم:

تسأل الباحثة الطلاب عن أهم دعاء يقولوه باستمرار فى صلاتهم؟

الجلسه الثانية والعشرين

عنوان الجلسة/الضحك والدعابة

أهداف الجلسة/

- **مراجعه الواجب المنزلى**
- **تعريف الضحك**
- **فوائد الضحك**
- **كيفية الاستفاده من الضحك**

فنيات الجلسة/ النمذجه- المحاضره- الواجب المنزلى

مدة الجلسة/ ٤٥ دقيقه

اجراءات الجلسة/

- **تقوم الباحثه بمراجعه الواجب المنزلى**
- **تقوم الباحثه بتعريف الضحك وهو رد فعل طبيعي للإنسان السليم علي المواقف المضحكة كما يمكن أن يكون وسيلة دفاع ضد مواقف الخوف العفوية.**
- **ثم تذكر الباحثة فوائد الضحك:**
- **الضحك يخلص الانسان من التوتر**
- **الضحك يقى من الاصابه بالامراض**
- **الضحك له نفس تأثير التمارين الرياضية ٢٠%**
- **الضحك يرفع الروح المعنويه**
- **الضحك يقلل من الاحساس بالألم**
- **الضحك يساعد على توطيد العلاقات بين الاصدقاء**
- **زياده كفاءه جهاز المناعه**
- **ثم تقوم الباحثة بذكر امثلة على ذلك واسوتنا فى ذلك رسولنا الكريم "صلى الله عليه وسلم"فقد كان رغم همومه يمزح ولا يقول الا حقا.**

- ثم تذكر الباحثة كيفية الاستفاده من الضحك فى حياتك:

١- خصصى ساعتين أسبوعيا أو١٥ دقيقة يوميا لممارسة نشاط تحبينه ويسعدك..
٢- حاولي الا تكون سعادتك مرتبطة بالاخرين.. انها ليست انانية لكن واقعية لأن الضحك بمثابة اجازة وقتية تشعرين بعدها علي الفور بالسعادة والراحة
٣ - تواجدى مع أشخاص نظرتهم الي الحياة تفاؤلية ويضحكون كثيرا لأن الضحك معد..
٤ - انهي يومك بمشاهدة لقطات كوميدية وشاركي الاخرين سعادتهم،
٥- انظري الي الجانب المضئ من كل مشكلة تصادفينها..
٦ - لا تنتظري طويلا لكي تكون لك حياة أخري لتضحكي فيها.. اضحكي الآن لكي تضحك لك الحياة..

الواجب المنزلى:

حاول ان تبتسم كل صباح عندما تستيقظ من النوم فهذا سوف يأثر على يومك كله.

التقويم:

يذكر كل طالب عن اهم المواقف المضحكة التى حدثت فى حياتة؟

الجلسة الثالثة والعشرون:

موضوع الجلسة: حل مشكلات الطلاب عن طريق مسرحية

أهداف الجلسة:

- مراجعة الواجب المنزلى
- حل مشكلات الطلاب عن طريق التمثيل الحى

مدة الجلسة/ ٤٥ دقيقة

إجراءات الجلسة/

- تقوم الباحثة بمراجعة الواجب المنزلى مع الطلاب ومناقشتهم فيه.
- تقوم الباحثة ببدأ الجلسة بالتالى حيث تقول:

أن هذه الجلسة تناقش مشاكلكم أو أغلب مشاكلكم التى وردت إلى ،ثم تقوم الباحثة بسرد قصة بعنوان (المراهق و المراهقة و تدخل الاب و الام)

حيث تدور القصة حول الأخ والأخت والأم والأب وذكاء الأم وكيفية حلها للمشكلات

الأخ/ أسكتي أيتها الغبيه . لقد ضج الجيران من كثره صراخك الأخت(تستمر في البكاء) : هذا لا يعنيك

ولكن الفتاه تمضي في صراخها . فيسارع ابوها الى طي أوراقه مهددا، بينما يبتسم اخوها لأنتصاره عليها.وفي اللحظه تدخل الأم قائله بصوت رقيق : الأم: كفى ما حدث ولم تتعمد الأم الخشونه لأنها كانت تعلم أن المشاعر من شأنها ان تخرج أولا ، ثم توجهت الى أبنتها قائله

الأم : انك حاقده على اخيك. اليس كذلك

فحنت الابنه رأسها موافقه، وشعرت بالهدوء بعد ان عرفت والدتها حقيقه شعورها ثم استأنفت الأم قائله : الأم : لكنك مخطئه يا عزيزتي بعمل هذه الجلبه والتفت الى ابنها تقول له : اما انت يا شقي فتبدو مسرورا كالثعلب لاثاره هذه الجلبه والزوبعه على اختك

وهنا ينظر الثلاثه بعضهم الى بعض مأخوذين ، لأن ما صدر عن الام في هذه هالمره يختلف تماما عن عادتها في شد شعورها وصراخها عند الغضب ومره اخرى تحولت الأم نحو ابنتها ، لانها لاحظت انها لا تزال غاضبه ، وقالت لها وهي تناوله ورقه وقلما : الأم: اسمعي يا عزيزتي ، عندما يغضب الناس ويفقدون عقولهم يودون عمل اشياء غير معقوله فأليك هذه الادوات لترسمي (صوره كروكيه) تعبرين عما تريدين عمله لأخيك

ويلاحظ أن هدف الام هنا هو اخراج مشاعر ابنتها المكبوته نحو اخيها وفعلا رسمت البنت صوره تمثلها وهي تحمل بندقيه تطلقها على اخيها وقدمتها لامها التي قالت لها بلهجه موافقه:

الأم : هذا حقيقي ، فانا اعلم انك تودين اطلاق النار على اخيك وابوك يعلم هذا ايضا. وهنا تدخل الاب وقال لزوجته متلعثما :

الاب : ماذا تقولين ... هل جننت فاجابت الام : لا يا عزيزي .. لست مجنونهوالتفت الام الى ابنتها قائله: والان ارجو يا عزيزتي عندما تشعرين مره ثانيه بمثل هذا الشعور نحو اخيك ان ترسمي ما تشعرين به تماما ، ولا تعبري عن شعورك بالصراخ لأنه لا يفيدك شيا ثم التفت الام الام نحو ولدها قائله : واما بالنسبه لك ، فماذا تفكر في عمله عندما تستاء من اختك كما يحدث كثيرا الأم : لا يا عزيزي ، لماذا لا تحاول صياغه بضعه ابيات من الشعر تعبر فيها عما تريد وهنا ينظر الولد الى الأم باستهانه

ولكن ما اقبل المساء حتى كان الولد يقدم الام لأمه ورقه تحتوي على ابيات من الشعر يصف فيها بانها ثرثاره كثيره المشاغبات ويعبر عن مشاعره نحوها بانه يود ان يملأ فمها بالغراء ليقفله باحكام وهنا يقول الاب متململا : ماشاءالله ولكن بعد ساعه واحده فقط عاد الاب من حجره المذاكره وهو يبتسم ابتسانه عريضه ويقول لأم والله نفعت طريقتك ، فقد جلسا يستمعان الى الراديو معا وهما على وفاق لأول مره في حياتهما وتصالحا الاخ والاخت بذكاء الأم.

بعد الانتهاء من القصة تقوم الباحثة بتوزيع الأدوار ، وتقوم باختيار طالب يقوم بدور الأخ مثال يقول: أسكتي أيتها الغبيه . لقد ضج الجيران من كثره صراخك

ويقوم طالب أخر بدور الأخت مثال يقول:يبدأ فى أصدار صوت البكاء والضجيج ويقول : هذا لا يعنيك، وتقوم باختيار طالب يقوم بدور الأم مثال يقول: كفى ما حدث، انك حاقده على اخيك ... اليس كذلك.وطالب أخر يقوم بدور الأب مثال يقول: : اقلعي فورا عن البكاء لقد قلت لك الف أن تراعي شعور الجيران،ماذا تقولين ... هل جننت

ثم بعد ذلك تقوم الباحثة بتبديل الأدوار بين الطلاب، حيث تقوم بمناقشة أهم النقاط المميزه التى تعلموها من القصة ، ثم تفتح الباحثة المناقشة مع الطلاب وتسمع إقتراحتهم حول الجلسة.

- ثم يتم إستخدام التغذية المرتدة بحيث تضم كل أفكار الطلاب فى شكل موضوع عام حيث تؤكد الباحثة على:

- **أن الهدوء وتمالك الأعصاب أكثر طريقة فعالة لحل المشاكل**
- **تفريغ المشاعر السلبية عن طريق الكتابة أو الرسم أو عن طريق ممارسة الرياضة أو بعض الحركات المعينة أو عن طريق الشهيق والزفير أو تغيير موضع الجسم كما يقول رسولنا الكريم (صلى الله عليه وسلم): إذا غضب أحدكم وهو قائم فليجلس ، فإن ذهب عنه الغضب وإلا فليضطجع .**
- **عدم التعبير عن المشاعر السلبية فى وقت الغضب**

- **فى نهاية الجلسة تقوم الباحثة بشكر الطلاب على المشاركة الفعالة والمتميزة فى المناقشة والحوار.**

الواجب المنزلى:

قم بتلخيص الدروس المستفادة من القصة.

التقويم:

ماذا استفادتم من الجلسة؟

الجلسة الرابعة والعشرون:

موضوع الجلسة: تابع حل مشكلات الطلاب عن طريق أداء مسرحية.

أهداف الجلسة:

- مراجعة الواجب المنزلى
- حل مشكلات الطلاب عن طريق التمثيل

فنيات الجلسة: السيكودراما- الواجب المنزلى- الضحك والدعابة- التغذية المرتدة.

مدة الجلسة:٤٥ دقيقة

إجراءات الجلسة:

- تقوم الباحثة بمراجعة الواجب المنزلى مع الطلاب ثم مناقشتهم فيه ثم تقديم الثناء على من قام بالواجب على اكمل وجه.
- ثم تقوم الباحثة بسرد قصة تعبر عن مشاكل الطلاب التى وردت إليها بعنوان " العزيمة والاصرار"

حيث تدور القصة حول إصرار شاب على النجاح وعدم سماعه للأراء المحبطة ، لطالما سمعنا عن قصص النجاح التي كانت بدايتها بسيطة لاشخاص نجحوا في تخطي العقابات و تجاوزوا العديد من الازمات و المحن و تمكنوا بمثابرتهم و عزمهم من صياغة قصص نجاحهم، وهذه القصة تؤكد قول الشاعر سعيد حمد: كم فرجة مطوية ..... لك تحت اثناء النوائب ومسرة قد اقبلت من حيث تنتظر المصائب وهى قصة طفل أصبح من اشهر مصممى مجوهرات فى تونس

الطفل : بدأت فكرة تراودنى فى تصميم شكل أخر للطائرة الورق،ولكن أستاذى أسند إلى واجبات كثيرة،سأقوم بتصميم الطائرة أولاً وسأقول لأستاذى أن يعطنى بعض الوقت الزيادة لأداء الواجبات.

الأستاذ : أين الواجبات التى أسندها إليك مثل باقى رفاقك.

الطفل :أمهلنى بعض الوقت يا أستاذى فقد شغلنى عنها أننى كنت أصمم شكل أخر للطائرة الورق.

الأستاذ:طائرة ورق،هل تفكر أنك سوف تصبح طيار أو سوف تصبح مصمم ديكورات عالمى أنك لن تنجح أبداً فى حياتك، سوف تتعاقب بالضرب اليوم.

الطفل: أنا يجب أن أترك هذه المدرسة لا أحبها ولا أحب أستاذى ولم أحصل على علامات فى هذا الفصل الدراسى.

الباحثة: كل قصة نجاح لها عوامل ضعف ومن أسباب تأخر هذه القصة هو ترك الطفل للمدرسة ولولا تركه للمدرسة كانت دراسته ساعتدته كثيرا فى حياته.

الطفل : يجب أن أبحث عن عمل وأنا فى سن الرابعة عشر من عمرى لكى أبدأ أتدرب وأبدع فى تصميم أفكارى.

الصديق: لقد وجدت لك عمل فى إحدى محلات تصميم المجوهرات كعامل كبدايه لك.

الطفل : شكرا لك يا صديقى هذا ما كنت احتاجه بالظبط لكى أشاهد المصممين وهم يبدعون .

صاحب المحل: أعمل بجهد وبجتهاد وإلا لن تجد منى الا عقاباً لك.

الراوية: وكان الطفل يعمل بجهد ولكن صاحب العمل كان يضربه ويسبه كثيراً وكان يحاول أن يتذكر خطأ فعله فلم يجد .

الطفل: لابد أن أتعلم ولابد أن أضحى واصبر على هذه الأيام القاسية وأن أعمل بقول الشاعرالقائل: صابر الصبر الصبور حتي قال الصبر للصبور دعني.

الراوية:وكبر الطفل وأصبح شاباً بعمر التاسعة عشر من عمره وكان يرى التصاميم أمامه ويراها امرا مذهلا وغامضاً فقرر السفر إلى فرنسا ليرى التصاميم والمصممين العالميين ورجع يحمل الفكرة فى ذهنه، وعاد الي العمل و التحق للعمل عند احد المصممين كمساعد له.

الشاب: لابد أن أطبق فكرتى الخاصة بتصميم المجوهرات وهى احياء المجوهرات التقليدية التونسية ولابد أن اصمم أول خاتم يحمل تصميمى وأعرضة على أحد المصممين.

أحد المصممين: رائع هذا الخاتم أيها الشاب ولكن كبدايه ولكن لم يرقى للمستوى المرجو.

الشاب: حسناً، أنا اعتبره تجربة اولية وبداية ناجحة ولكن سأواصل العمل لأصل للمستوى المرجو،وارسم كل فكرة تخطر ببالى حتى احقق حلمى وهدفى. الراوية: لم تخلو حياته المهنية من الاتهامات و الانتقادات المصممين و التجار حيث اوحوا اليه بان نجاحه مستحيل و كان يقاوم تلك الفكرة و يرفضها نهائيا و يعرف ان نجاحه الحقيقي يكمن في ايمانه بقدراته علي النجاح، اوقف و تحدي كل تفكير سلبي و كل تأكيد لبؤسه انكر الملموس واكد النجاح، وبدأ هذا الشاب بالانتاج وتحويل افكاره الي واقع ملموس و حقق اول حلمه و بداية شهرته من تصميم طقم يحمل شعاره الذي اختار له اسم (الخيالي) و اعجب تجار السوق بهذه الموهبة الواعدة

و منذ ذالك الوقت اثبت تفوقه و بدأ تكاثر الطلبات علي هذا التصميم الذي اثار ضجة كبيرة في السوق و حقق النجاح المرجو ليعد او ل تصميم حقيقي له و عمل هذا الشاب علي انتاج هذا التصميم و احسن صاحب المحل معاملته و اكرمه علي هذه الفكرة الناجحة و التصميم الرائع و ظل علي هذا الحال عشرين سنة من العمل المتواصل و الانتاج، و استمر الشاب بالعمل حتي خطرت بباله ان يشارك في اختبار السنوي في مركز الصناعات التقليدية و اجتهد حتي حصل علي شهادة امتياز في هذه المهنة و لم يكتفي فقط بهذه الشهادة انما استطاع في تلك السنة ان يكون صاحب محل صغير و ركز علي هدف واحد وهو تحقيق النجاح المنشود لتصاميمه و بدأت احواله تستقر و بدأ في التطوير و انتاج و الابداع في تصميمه الذي يحمل اسم (الخيالي) و تحويل افكاره الي تصاميم مدهشة و بدأ يحتل مكانا لا بأس به في السوق و نمت مبيعات تصاميمه بشكل ملحوظ منذ العام الاول انما لم يكتفي بهذا فأستطاع ان يملك محلا اكبر بكثير بأحدث التجهيزات المستوردة مماسمح له بزيادة الانتاج و التطوير، و خلق نجاح الشاب الكثير من المنافسين و تعرض الي ازمة ادت الي تراجع مبيعاته في ظل الكساد الكبير وبدأ في تلك الفترة في تقليل الانتاج و لكن بعد انقضاء الازمة استعاد ريادته للسوق من جديد

حيث صنعت منه هذه التجربة مصمم موهوب و منافس قوي و مبدع و متألق يحمل لقب المبدع من خلال تصاميم متألقة و من اشهر المهراجانات التي شارك بها و تمت دعوته من ضمن رجال الاعمال مهرجان دبي الدولي .والذى سرد هذه القصة ابنته د / شيماء الدويرى.

ثم بعد ذلك يتبادل الطلاب شخصيات القصة بما يناسب كلا منهم.

- بعد الانتهاء من القصة تقوم الباحثة بتوزيع الأدوار ، وتقوم باختيار طالب يقوم بدور الطفل مثال يقول: بدأت فكرة تراودنى فى تصميم شكل أخر للطائرة الورق،ولكن أستاذى أسند إلى واجبات كثيرة

وطالب أخر يقوم بدور الأستاذ: أين الواجبات التى أسندها إليك مثل باقى رفاقك،وطالب أخر يقوم بدور الراوية :وكان الطفل يعمل بجهد ولكن صاحب العمل كان يضربه ويسبه كثيراً وكان يحاول أن يتذكر خطأ فعله فلم يجد ....الخ الشخصيات.

ثم تقوم الباحثة بتبديل الشخصيات بين الطلاب ،حيث تقوم بمناقشة أهم النقاط المميزه التى تعلموها من القصة ، ثم تفتح الباحثة المناقشة مع الطلاب وتسمع إقتراحتهم حول الجلسة.

ثم يتم إستخدام التغذية المرتدة بحيث تضم كل أفكار الطلاب فى شكل موضوع عام حيث تؤكد الباحثة على:

- الاصرار والعزيمة على النجاح.
- عدم السماع للأراء المحبطة .
- الايمان بقدراتنا والتوكل على الله.
- الفشل فى شئ ليس معناه الفشل فى كل شئ.

- فى نهاية الجلسة تقوم الباحثة بشكر الطلاب على المشاركة الفعالة والمتميزة فى المناقشة والحوار.

الجلسةالخامسة والعشرون:

عنوان الجلسة/ ختام البرنامج الارشادى

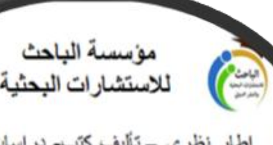
اهداف الجلسة/

- التأكيد على بعض المهارات المفاهيم التى تم التعرف عليها فى البرنامج
- تطبيق الاختبارات البعدية
- تقديم الشكر والتقدير للمشتركين

فنيات الجلسة/ المناقشة والحوار- المرح والدعابة- التعزيز

اجراءات الجلسة:

- تقوم الباحثة بتذكير الطلاب لبعض المفاهيم العامة والمهارات التى تم التدريب عليها اثناء الجلسات مثل مهاره الـتأمل والتخيل ومفهوم الذكاء الروحى والوعى المتسامى.....الخ، وذلك للتأكد على مدى استيعاب المشتركين للجلسات.
- تقوم الباحثة بفتح باب الحوار والمناقشة المفتوحة للمشتركين لابداء تعليقاتهم ومدى استفادتهم من البرنامج وهل يشعرون بأن الضغوط التى كانوا يعانون منها قد انخفضت.
- تقوم الباحثة بتذكير المشتركين بأهمية الاستمرار على التأمل والتخيل والاوراد اليومية والصلاه والذكر
- ثم تقوم الباحثة بتطبيق الاختبارات البعدية على الطلاب واستماره تقيمهم للبرنامج.



اطار نظري – تأليف كتب- دراسات سابقة -
ابحاث علمية محكمة- خدمات بحثية متكاملة

واتس(00201155519352)

•